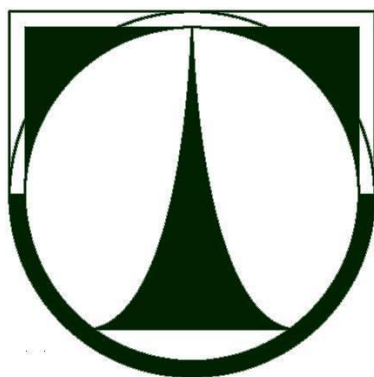


TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická



BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2012

Veronika Kotroušová

Technická univerzita v Liberci

FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra: Katedra tělesné výchovy

Studijní program: Ekonomika a management

Studijní obor: Management sportovní

**ANALÝZA KVALITY A VYUŽITÍ SPORTOVIŠŤ
VEŘEJNOSTÍ NA STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH
V LIBERECKÉM KRAJI – ČESKÁ LÍPA A
SEMILY**

**ANALYSIS OF QUALITY AND UTILIZATION OF
HIGH - SCHOOL FIELDS BY THE PUBLIC IN
THE LIBEREC REGION – ČESKÁ LÍPA AND
SEMILY**

Bakalářská práce: 12–FP–KTV– 452

Autor:

Veronika KOTROUŠOVÁ

Podpis:

Vedoucí práce: PaedDr. Jindřich Martinec

Počet:

stran	grafů	obrázků	tabulek	pramenů	příloh
69	3	2	21	55	3

V Liberci dne: 24. dubna 2012

Čestné prohlášení

Název práce: Analýza kvality a využití sportovišť veřejností na středních školách v Libereckém kraji – Česká Lípa a Semily

Jméno a příjmení autora: Veronika Kotroušová

Osobní číslo: P09000813

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména § 60 – školní dílo.

Prohlašuji, že má bakalářská práce je ve smyslu autorského zákona výhradně mým autorským dílem.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

Prohlašuji, že jsem do informačního systému STAG vložila elektronickou verzi mé bakalářské práce, která je identická s tištěnou verzí předkládanou k obhajobě a uvedla jsem všechny systémem požadované informace pravdivě.

V Liberci dne: 24. 04. 2012

Veronika Kotroušová

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucímu této bakalářské práce, PaedDr. Jindřichu Martincovi, za pomoc a rady při jejím vypracování. Dále patří velký dík středním školám okresů Česká Lípa a Semily za velice zdvořilý přístup a ochotně poskytnutá data, bez nichž by tato práce neměla smysl a nebylo možné ji dokončit.

Anotace

Bakalářská práce je v první části zaměřena na teoretická východiska z oblasti sportu. Konkrétně na témata o sportu všeobecně, ale zacílena je i na mládež a zdravý životní styl, který ovlivňuje hlavně výživa a pohybová aktivita. V praktické části se zabývá hlavním cílem - zjištěním kvality a využití sportovních zařízení na středních školách v okresech Česká Lípa a Semily, jehož je dosaženo pomocí dotazníkového šetření. Data jsou zpracována v několika oblastech. Jednou z nich je prostorové a materiální zázemí škol, druhou využití středoškolských sportovních zařízení veřejností. První oblast je konkrétně zaměřena na typy sportovišť a jejich vybavení, hygienické zázemí a rekonstrukce. Druhá se věnuje vytíženosti sportovních zařízení a otázce pronájmu. V konečné fázi dochází ke shrnutí dat, z nichž plyne závěr, že sportoviště v obou okresech jsou celkově převážně nevyhovujících podmínek a je nutností soustředit se na jejich rekonstrukce či přímo výstavbu nových zařízení.

Klíčová slova

Mládež, sport, sportovní zařízení, škola, volný čas

Annotation

Bachelor thesis direct to theory way out part of sport in its first part. It specifically focuses on sports issues, but also targets the youth and healthy living style, which is mainly affected by the nutrition and the physical activity. Thesis deal with main aim in practical part – the determine quality and utilization of school sports facilities in Česká Lípa and Semily districts, which is achieved by means of questionnaire survey. Data is processed in several parts. One of them is spatial and material conveniences of school, second is about utilization high school fields by the public. First part is specifically focused about types of sports facilities and its equipment, hygiene conveniences and reconstruction. Second part is about utilization of sports facilities and question about rent. In final part is summary of datas from witch follows conclusion that high school fields in both districts are overall with inconvenient requirement and it's necessary be concentrate on its reconstruction or directly build new sports facilities.

Key Words

Youth, sport, sports facilities, school, free time

Obsah

Seznam použitých zkratků.....	9
Seznam obrázků.....	10
Seznam tabulek	11
Seznam grafů.....	12
Úvod.....	13
I. TEORETICKÁ ČÁST	15
1. Sport	16
1.1 Pohledy na sport	16
1.2 Sport a hra	17
1.3 Sport a společnost.....	17
1.4 Sport a fair play	18
1.5 Mládež a sport	18
2 Zdravý životní styl	22
2.1 Výživa	22
3 Koncepční dokumenty	25
3.1 Koncepční dokumenty na evropské úrovni.....	25
3.2 Koncepční dokumenty v oblasti tělesné kultury na úrovni státu.....	28
3.3 Koncepční dokumenty v oblasti tělesné kultury na krajské úrovni.....	28
4 Tradiční sporty v okrese Česká Lípa.....	29
5 Tradiční sporty v okrese Semily	31
6 Oblasti sportovního využití pro veřejnost	33
6.1 Možnosti sportovního využití pro veřejnost v okrese Česká Lípa	33
6.2 Možnosti sportovního využití pro veřejnost v okrese Semily.....	35
7 Zpracování dotazníkového šetření	38
8 Kvalita sportovišť – prostorové a materiální zázemí škol.....	42
8.1 Typy sportovišť	42
8.2 Hygienické prostředí sportovišť	46

8.3	Vybavení sportovišť	47
8.4	Výstavby a poslední rekonstrukce sportovišť	54
9	Využití sportovišť středních škol veřejností	56
9.1	Využití středoškolských sportovišť - okres Česká Lípa	56
9.2	Využití středoškolských sportovišť - okres Semily	57
10	Dílčí řešení a návrhy	59
	Závěr	60
	Seznam použitých zdrojů.....	62
	Seznam příloh	66

Seznam použitých zkratk

ČL	Česká Lípa
ČR	Česká republika
ČSÚ	Český statistický úřad
MS	Mistrovství světa
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
MÚ	Městský úřad
OA	Obchodní akademie
SŠ	Střední škola
VOŠ	Vyšší odborná škola
VZP	Všeobecná zdravotní pojišťovna

Seznam obrázků

Obrázek 1: Výživová pyramida	23
Obrázek 2: Vývoj nadváhy a obezity v České republice	24
Obrázek 3: Česká Lípa	X
Obrázek 4: Semily	XI

Seznam tabulek

Tabulka 1: Sportovní zařízení v České Lípě	33
Tabulka 2: Sportovní zařízení v Harrachově.....	36
Tabulka 3: Konkrétní střední školy v okresech Česká Lípa a Semily.....	39
Tabulka 4: Konkrétní střední školy – vlastní / nevlastní sportoviště	40
Tabulka 5: Odlišnosti u středních škol – Česká Lípa	41
Tabulka 6: Odlišnosti u středních škol – Semily.....	41
Tabulka 7: Vnitřní a venkovní sportoviště – dostačující / nedostačující (okres Č. Lípa).....	43
Tabulka 8: Vnitřní a venkovní sportoviště – dostačující / nedostačující (okres Semily).....	43
Tabulka 9: Konkrétní sportoviště středních škol v okrese Česká Lípa	44
Tabulka 10: Konkrétní sportoviště středních škol v okrese semily	45
Tabulka 11: Gymnastika – Česká Lípa	48
Tabulka 12: Gymnastika – Semily.....	48
Tabulka 13: Atletika – Česká Lípa	49
Tabulka 14: Atletika - Semily	49
Tabulka 15: Míčové hry – Česká Lípa.....	50
Tabulka 16: Míčové hry – Semily	50
Tabulka 17: Tenis, stolní tenis – okres Česká Lípa.....	51
Tabulka 18: Tenis, stolní tenis – okres Semily	52
Tabulka 19: Chybějící vybavení – okresy Česká Lípa a Semily	53
Tabulka 20: Pronajímané prostory – Česká Lípa	56
Tabulka 21: Pronajímané prostory – Semily	57

Seznam grafů

Graf 1: návratnost dotazníků v obou okresech	38
Graf 2: Hygiena (okres Česká Lípa)	46
Graf 3: Hygiena (okres Semily).....	47

Úvod

Téma této bakalářské práce nese název „Analýza kvality a využití sportovišť veřejností na středních školách v Libereckém kraji - Česká Lípa a Semily.“ Hlavním důvodem zhotovení je přínos jak pro zadavatele, kterým je Krajský úřad Libereckého kraje, tak pro střední školy této oblasti i širokou veřejnost. Aktivní lidé mají mnoho možností, kde trávit svůj volný čas sportem. Téměř v každém městě se nachází sportovní areály, posilovny nebo fitness centra, ale ne vždy uspokojí požadavky sportovců. Příčinou může být, že tyto centra nenabízí optimální podmínky pro sportování nebo je nabízejí, ale za nepřiměřený poplatek, který sportující veřejnost často není schopna zaplatit. Možnosti využívání středoškolských sportovních zařízení by jistě někteří lidé uvítali. Školní tělocvičny, které jsou vhodné zejména pro kolektivní sporty, jsou pronajímány za nižší částky než městské nebo soukromé sportovní areály. Hlavní problematika vedoucí ke zhotovení této práce se týká efektivního využití sportovních a volnočasových zařízení na středních školách v Libereckém kraji. Význam roste tím, že návrhy pro sportování se odvíjí od využití již stávajícího potenciálu. Předpokladem je spíše domněnka, že využívání těchto prostor je spíše v prvním kroku a přístup široké veřejnosti není zatím stále naplněn.

Hlavním cílem této práce je vypracovat analýzu, jejímž výsledkem je obecné zjištění kvality a využití středoškolských sportovních zařízení v okresech Česká Lípa a Semily. Poskytnout ucelený soubor, obsahující základní informace o školních sportovištích v těchto okresech, který může následně pomoci Krajskému úřadu Libereckého kraje v oblasti zaměření na vybavenost pro sportovní a volnočasové aktivity. A samozřejmě také školám v případě snahy poskytovat svá sportoviště za pronájem veřejnosti a tím získání možných zisků, které každá škola jistě potřebuje a vhodně využije. Závěrem praktické části práce nabídne rady a návrhy do budoucna v oblasti efektivnějšího využití a vytvoření kvalitnějších podmínek školních sportovních zařízení. Kromě hlavního cíle je zde vytyčeno také několik cílů vedlejších neboli dílčích. Patří mezi ně přehled sportovních oblastí a zařízení ve městech okresů Česká Lípa a Semily. Jsou jimi areály mimo středních škol, kde mohou lidé aktivně trávit svůj volný čas. Dalším je zjištění typických a tradičních sportů ve městech těchto dvou okresů a v neposlední řadě tvorba vlastního dotazníku.

Pro přínos práce, zjištění kvality a využití sportovišť středních škol, je zvolen standardní postup. Nejdříve sběr dat pomocí dotazníkového šetření, které bylo prováděno formou strukturovaného dotazníku a adresováno ředitelům nebo a učitelům tělesné výchovy příslušných škol v okresech Česká Lípa a Semily. Dotazování probíhalo formou otevřených a uzavřených otázek. Následně jsou tato data pro potřeby analýzy vyhodnocena. Konečná fáze je orientována na případné rady a návrhy do budoucnosti.

I. TEORETICKÁ ČÁST

První část této bakalářské práce se zaměří na teoretická východiska z oblasti sportu. Zaměří se na různé pohledy autorů, kteří o něm pojednávají a přiblíží také jeho původ. Za zmínění stojí spojení společnosti, sportu a pojem fair play. Podrobněji se práce věnuje kapitole o mládeži. Dále má své důležité postavení zdravý životní styl a s ním výživa. Teoretická část stručně přiblíží koncepční dokumenty z oblasti sportu a v neposlední řadě také tradiční sporty ve městech okresů Česká Lípa a Semily.

1. Sport

Termín sport je odvozen z latinského slova „desportare“, později ze starofrancouzského „se désporter“. V českém jazyce nejvíce odpovídá slovesu „bavit se“, „rozptylovat se“ nebo „trávit příjemně volný čas.“ Původní význam slova byl velice široký a sportem byla každá činnost, kterou člověk příjemně trávil volný čas, a to po práci různého druhu. Ve středověku se v Anglii považovaly za sport nejrůznější aktivity a zábavy vyšších společenských vrstev. Za sport byly považovány například různé hry s míčem a tělesná cvičení, ale také koňské dostihy či lovecké štvance. Postupně se jím stávají pouze některé pohybové činnosti, které mají svá pravidla, specifický obsah a formu. (CHOUTKA 1978)

1.1 Pohledy na sport

Autoři, pojednávající o sportu jsou různí, proto existuje také několik různých pohledů na sport jako takový. Někteří zdůrazňují vyrovnávací a kompenzační funkci sportu, jiní lékařsko - terapeutickou funkci. Lidé ukazují i další rozdílnost v názorech na sport a jeho funkci. Za prvé je to sport, který má významnou socializační funkci, což znamená, že podporuje kolektiv a společné sportovní cítění. Svědčí o tom také fakt, že většina nejoblíbenějších sportů spadá právě pod sporty kolektivní. Je zde kladen důraz na přátelství, podporu, důvěru, kolegiální a další lidské postoje, které jsou důležitým předpokladem prosperujících sportovních klubů a týmů a bez nichž by jejich činnost neměla šanci být úspěšnou. Protichůdným názorem k socializační funkci sportu je postoj, který upřednostňuje sport s výrazem individualismu. S tím úzce souvisí také konkurence, měřitelnost výkonu, soutěž a agresivita člověka. Všechna tato hlediska hodnotí funkci sportu kladně, ale existuje zde také důležitá závislost na obecných východiscích autorů, což může mít za následek, že hodnocení kromě chvály nabude také kritického a pesimistického pohledu nebo úplnému odsouzení sportu.

Ve vztahu k ostatním lidským činnostem má ta vlastní sportovní několik obecných znaků. Na rozdíl od činnosti pracovní není výsledkem přímo materiální hodnota. Dále jistý předpoklad, že sport má jasně daná pravidla, která mají často mezinárodní platnost. Podle

nich se řeší specifické úkoly a tím je prováděna sportovní činnost. Nejvýraznějším znakem je snaha o dosažení nejvyššího výkonu, což je typické u vrcholového sportu. Akci k jeho dosažení si je možné představit jako vedený boj jednotlivců nebo kolektivů. Někdy tomu tak bývá také u výkonnostního, ale rekreační sport je prováděn spíše pro radost než pro maximální výkon. Hlavními lákadly pro aktivně sportující i diváky jsou zajisté odhady předpokládaného výsledku a rozdíl předpokládaného a skutečného výkonu. (CHOUTKA 1978)

1.2 Sport a hra

Sport má specifické, společné znaky, kterými je úzce spojen se hrou. Tento fakt vede k závěru, že sport je pokračovatelem a zvláštním druhem hry, avšak dokonalejšího rázu. Společným znakem je především doba, kdy lidé tyto činnosti provádějí, a to ve svém volném čase, po skončení pracovní doby a všech pracovních povinností. Délka volného času a možnosti jeho naplnění se odvíjí od práce, proto je zde také zřejmá závislost sportu a hry právě na pracovním světě. Dalšími společnými znaky jsou také pravidla, časové nebo prostorové vymezení, otevřenost výsledku, dobrovolnost a neposlední řadě samozřejmě motivace. (CHOUTKA 1978)

1.3 Sport a společnost

Sport je velmi úzce spojen s lidmi, je společenským jevem. Lidé ho provozují, vytvářejí různá nářadí a náčiní, sportovní areály, formují pravidla a řady různých sportovních činností. Sport je tedy vlastně výtvozem člověka, soutěžení a závodění mezi lidmi. Společenská specifika ho charakterizují jako typickou činnost volného času a jako funkční součást života člověka. Navíc aktivní sport pozitivně přispívá k zdravému stavu populace. Význam stále roste v souvislosti se stále se vzrůstající organizovaností společenského života a stává ve všech svých formách pro člověka přitažlivějším a lákavějším. Stává se dokonce také masovým jevem, proto je nutné, aby byl stále organizován. Právě z tohoto všeho vyplývá, že je sport závislý na společnosti, v níž působí. (CHOUTKA 1978)

1.4 Sport a fair play

Sport pronikl do života jednotlivce i celé společnosti. Uchvacuje všechny národy, společenské vrstvy, rasy i příslušníky různých náboženství. Ve sportu nezáleží na tom, jestli je člověk katolík, muslim, protestant či ateista a jestli je černé, žluté nebo bílé rasy. Všichni mají stejná práva, možnosti, volby výběru sportovního odvětví a podobně. S tím souvisí také Kodex sportovní etiky a fair play. Mezi cíle tohoto kodexu patří právě zaměření se na posílení smyslu pro fair play, hlavně u dětí, mládeže a institucí, které mají vliv na mladé, jejich sportovní účast a nesou za tuto podporu odpovědnost. Tito nadějní jedinci mají práva provozovat sport, mít z něj radost a uspokojení. Později z nich vyrůstají dospělí sportovci a je potřeba, aby byli odpovědní a zvyklí dodržovat zásady. Sport je společensko-kulturní činnost, která je přínosem pro společenství národů, pokud je provozována čestně. Člověku samému pomáhá také při seberealizaci a sebepoznání. Fair play v sobě nese mnohem více než respektování pravidel. Pozitivně působí také na sportovního ducha a přátelství mezi jedinci i samotnými národy. (KODEX SPORTOVNÍ ETIKY, MŠMT ČR 2006, PROCHÁZKA 1985)

1.5 Mládež a sport

V minulosti se byly děti zvyklé mnohem více aktivně pohybovat oproti dnešku. V současné době u nich převažují bohužel spíše jiné trendy v trávení svého volného času. Vědecké a technické pokroky napomohly k vytvoření nových produktů a prostředků, mezi které patří například mobilní telefony, počítačové a televizní hry, které jsou u dětí a mládeže velmi oblíbené a doslova je pohlcují. Avšak nebývá tomu zcela tak v rodinách s aktivními rodiči, kteří raději své potomky vedou ke sportu nebo umění. Tato kapitola je zaměřena právě na sportující mládež.

1.5.1 Tělesná výchova a sportovní příprava mládeže

Tělesná výchova je nezbytnou složkou, kterou by měl obsahovat režim každého mladého člověka. Potvrzuje to fakt, že v současnosti nemá mládež ani dospělý jedinec možnost přirozeně rozvíjet svou tělesnou zdatnost v souvislosti s civilizovanou společností, ve které žijeme. Toto životní prostředí ovlivňuje náš způsob života při častém využívání dopravních

prostředků a dalších vynálezů, které nám sice usnadňují život, ale na druhou stranu zhoršují naši tělesnou zdatnost a výkonnost. Pokud má tělesná výchova dostatečnou sílu, splňuje důležitou společenskou funkci, přispívá ke zlepšení všestranného tělesného rozvoje, aktivitě, zdraví a podpoře kolektivismu mezi sportujícími jedinci. Samotná školní tělesná výchova nemá tuto požadovanou intenzitu. Ideální by bylo zařadit do režimu dětí každodenní aktivitu, hodiny tělesné výchovy zahrnout do školního rozvrhu nejlépe třikrát týdně a aktivitu doplnit například v podobě kroužků po skončení výuky. U většiny škol však probíhá výuka pouze dvakrát týdně, což není ideální pro tělesný rozvoj, pokud se děti sportovně nerozvíjí dále ve svém volném čase. Za formu tělesné výchovy s nejprogresivnějším pokrokem lze v současnosti považovat sportovní přípravu mládeže. Její účinnost souvisí se správným rozvojem všech dispozic. Ať už se jedná o pohybové, morfologické, funkční či psychické předpoklady mladého jedince. Tento proces vyhovuje zájmům jednotlivce i společnosti. Rozvíjí se zde snaha o dosažení co nejlepšího individuálního výkonu i dodržení předepsaných úkolů a pravidel společností. Hlavním kritériem pro určení správných tréninkových metod je jejich přiměřenost ohledně míry kvality a kvantity. S tím souvisí studium věkových zvláštností u mládeže, protože bez této znalosti jej nelze správně určit. Systém sportovní přípravy mládeže zahrnuje jak obsahovou část, do které patří například různé úkoly, tak organizační část, která zahrnuje tréninkový proces jako takový, nutné základní podmínky k provádění sportovní činnosti a podobně. U sportovní přípravy dětí a mládeže je nutné dodržovat zásady pravidelného denního režimu a přizpůsobovat náš postoj k nim v souvislosti s typickými věkovými, ale i individuálními zvláštnostmi. V režimu dne nepůsobí tělesná výchova u všech stejně. Existuje zde rozdělení dětí do třech skupin podle Peltonena, a to na normální, dystonické a sportovní děti. U normálních se projevuje přiměřená intenzita a rytmus tělovýchovných procesů. U dystonických se vyskytuje zřejmá labilnost na určitá zatížení a u sportovních dětí probíhá adaptace na zatížení velmi rychle. Jelikož však netráví čas pouze sportem, ale převážně studiem, je velmi nutné vhodně rozvrhnout den na námahu a klid. Nejdůležitější složkou dětského denního režimu je odpočinek, nejlépe ve formě spánku, protože pouze pokud organismus odpočívá, je později schopný práce. Spánek u dětí do 14 let by měl trvat alespoň 10 hodin, u starších 14 let může trvat 9 hodin denně.

1.5.2 Pohybové dovednosti

Technická příprava je jednou, avšak nedílnou součástí tréninkového procesu, při které trenér své svěřence učí správné technice sportovní disciplíny nebo příslušného sportu. Pokud má být výsledek procesu úspěšný, musí trénující osoba znát pohybové dovednosti různých věkových kategorií, co je dítě schopné ve svém věku provádět a jaké jsou jeho pohybové předpoklady do budoucna. Z pohledu věku mladého jedince se zde rozlišuje několik vývojových stádií. Děti ve věku 7–9 let již mohou v některých sportech začít svou sportovní přípravu, čemuž tak v současnosti obvykle bývá. Je to období velké pohyblivosti, tu však nelze přesně usměrnit, protože děti reagují na téměř každý podnět a jsou příliš živé, někdy až nezkrotné. Ke konci tohoto období se pohyby stávají plynulejšími, ale projevuje se zde určitá nejistota a děti nevydrží příliš dlouho u stejné činnosti. Mládež ve věku 10–13 let již dokáže své pohyby relativně pevně ovládat a má ideální podmínky pro osvojování nových, protože je schopna se poměrně rychle učit i složitějším hnutím. Umění nového pohybu u dětí této věkové kategorie vzniká často jednoduchým napodobením. Pohybové zkušenosti, které děti získají v tomto věku, si jsou schopni při opakované aktivitě udržet i po celý život. Komplikovanější může být období puberty, kdy je někdy zapotřebí i citlivější přístup, protože se stává, že se dětem nácvik nedaří, i přesto že byly dříve úspěšné. Období věku 15–18 let je etapou plynulých a jistých pohybů. V této době končí dospívání a funkce organismu se vyrovnávají. (CHOUTKOVÁ, KUČERA 1970)

1.5.3 Pohybové vlastnosti

Jako pohybové vlastnosti se označují síla, rychlost, vytrvalost a obratnost. Vyvíjí se již od narození, od kdy s sebou každý člověk nese základní motorické vlohy. Ty jsou pak v průběhu tělovýchovného procesu stále upravovány, až se utvoří konečná podoba pohybových vlastností. Každý člověk je jiný a disponuje jinou kvalitou a kvantitou těchto vlastností. Existují také speciální nebo specifické pohybové vlastnosti, které vznikají různými kombinacemi síly, rychlosti, vytrvalosti a obratnosti.

Sílu popisujeme jako stupeň napětí při svalové kontrakci, což znamená, že je vlastně podstatou pohybu. Ten je však také velmi závislý na váze tělesa. Po 6. – 7. roku začíná růst svalová síla, rychleji se však rozvíjí extensory svalových skupin nohou a trupu než flexory,

kteře se naopak lépe rozvíjí u horních končetin. Všeobecným doporučením ohledně posilování je nezačínat s ním, pokud je cvičenci méně než 16 a není ještě zcela dokončen jeho pohybový vývoj. Pokud je mladší 18 let, neměl by začínat se speciálně zaměřeným posilováním, které bývá pro mladistvého často náročné a jeho nesprávné provádění spíše deformuje tělesnou stavbu. Přihlíží se zde však k věkovým zvláštnostem a v některých případech je možné začít se silovými cviky už u přibližně 11 let starých dětí.

Rychlost chápeme jako pohybovou vlastnost, jejímž základem je provádění různých pohybů v minimálním čase. Tréninkem se dá dosáhnout zlepšení až na 145 % oproti původní míře. Při vývoji zde má důležitou úlohu nervová soustava. Pro vytváření kladných předpokladů tohoto rozvoje je ideální věkové období od 6 do 15 let. U dětí kolem 13–14 let je rychlost srovnatelná s dospělými. Rychlost jednoduchého pohybu stoupá do 13–15 let, pozdější vzestup je již nepatrný. Části těla s nejrychlejšími pohyby jsou například prsty či paže.

Obratnost je nejvíce mnohoznačný termín z pohybových vlastností a jeho součástí je jak pohyblivost, tak rovnováha a koordinace. Jedná se o pohyby, které se utváří zapojováním jednotlivých svalových skupin, a to ve správném pořadí, s úměrným množstvím síly a vhodnou rychlostí. Jsou prováděny s minimálním výdejem energie. K rozvoji obratnosti může docházet v každém věkovém období, ale nejvhodnější to je však mezi 6. – 10. rokem života. Vývoj obratnosti se u dětí nezastavuje, pokračuje až do období rozvoje maximální obratnosti, která nastává kolem 20. – 22. roku. Ve 12 až 13 letech jsou děti schopné zopakovat pohyb ve správném rozsahu i tempu, kolem 15. roku se tato schopnost zhoršuje, ale okolo 16. – 17. roku se opět navrácí. Každá sportovní disciplína vyžaduje speciální obratnost, kterou sportující získávají v průběhu tréninkového procesu.

Vytrvalost je schopnost provádět činnost po co nejdelší dobu. Nejčastěji se jedná o relativně snadný pohyb nízké intenzity, která se stává nakonec intenzitou velkou, a to právě v důsledku konání aktivity po dlouhou dobu. Vytrvalost se oproti ostatním pohybovým vlastnostem projevuje nejmenší závislostí na fyzických dispozicích. Důležitou roli zde hraje vůle. U dětí v rozmezí 9–11 let se objevují kladné předpoklady a ideální je vytrvalostní trénink ve formě střídání běhu a chůze. Děti po 12. roce jsou již lépe psychicky vyvinuté, a proto také dokážou lépe zacházet s vůlí a motivací a uběhnout i delší trasy. Nejlepší vytrvalostní schopnosti se vyskytují u jedinců starších 17 let, v období puberty naopak klesají. Důvodem poklesu je labilita funkčních možností vegetativních orgánů. (CHOUTKOVÁ, KUČERA 1970)

2 Zdravý životní styl

Životní styl má největší vliv na zdraví a volí si ho každý člověk sám. Společně s ním působí při průběhu nemoci předpoklady genetického vývoje a převážně prostředí, proto je za své zdraví každý jedinec zodpovědný. Styl života je charakterizován jako dobrovolné chování v určitých životních situacích, založené na individuálním výběru z několika možností. Záleží na člověku, zda bude jeho životní styl zdravý či nikoliv. Rozhodnutí o změně může přijít téměř kdykoliv. Pokud se jedná o zlepšení, můžeme ho docílit například zdravějším a správně sestaveným jídelníčkem, bez cigaret, alkoholu a drog. Zdravému způsobu života také výrazně přispívá pravidelné cvičení. Ideální je, aby mladí získali správné návyky, týkající se zdraví a vydržely jim až do dospělosti. Chování však bývá ovlivňováno rodinnými zvyklostmi a také ekonomickou a sociální situací společnosti, ve které jedinec žije.

2.1 Výživa

Vývoj dětí ovlivňuje velmi důležitě kromě tělesné výchovy také výživa. Zásadní je zde pojem dodržování stravovacího režimu, pod kterým si můžeme představit režim pravidelného přísunu stravy v nejvhodnějších časových intervalech. Počet jídel v průběhu dne se řídí věkem. Například kojenci dostávají potravu až sedmkrát denně. Děti předškolního a školního věku i mládež přijímají obvykle 5 porcí za den, ale v období dospívání se občas počet jídel snižuje. Později se nevyvážená strava projeví jako příčina mnoha zdravotních potíží, například srdečních chorob, nádorových, cévních, mozkových onemocnění a také diabetu, obezity a dalších.

2.1.1 Zdravá výživa

Zdravá výživa patří k základnímu bodu správné životosprávy. Jak už bylo zdůrazněno výše, správně sestavený jídelníček a zdravá strava vedou ke zdraví a riziko mnoha nemocí klesá. Výživa je proces, během kterého organismus využívá potravu. Její složky ovlivňují energii, životní funkce a výstavbu tělesných tkání. Jako doporučení k optimálnímu složení stravy slouží například výživová pyramida. Na vrcholu pyramidy se nachází potraviny, kterými jsou tuky a sladkosti, a ty by se měly konzumovat jen zřídka. Do prvního patra, základu pyramidy patří chléb, pečivo, rýže, obiloviny, těstoviny, cereálie a podobně. Tyto potraviny by se měly

konzumovat v 6-11 porcích za den. Ve druhém patře je ovoce a zelenina a ve třetím patře jsou živočišné potraviny, kam patří například mléčné výrobky, ale také maso, drůbež a ryby. Ovoce by se mělo do těla dostávat přibližně ve 3-5 porcích, zelenina ve 2-4 porcích denně a potrava živočišného původu ve 2-3 porcích. Tato pyramida má však také nevýhody. Neukazuje například energetickou sílu přijímaných potravin, přeceňuje význam cereálií, které jako výrobek z mouky nejsou úplně nejvhodnější stravou. Neukazuje množství přijímaných potravin a čas, ve kterém se mají lidé stravovat.



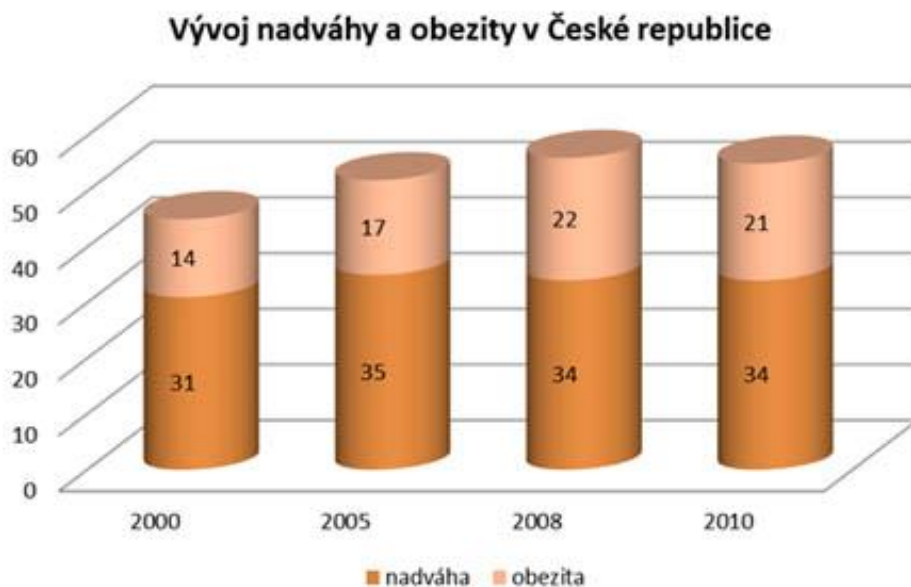
Obrázek 1: Výživová pyramida

Zdroj: Vlastní

Ve vztahu k výživě se uvádí některé zásady, které by bylo vhodné dodržovat pro zdraví. Nejčastěji se jedná o střídmost v jídle, jíst spíše častěji a menší porce, preferovat bílkoviny a vitamíny před sacharidy. Dále jíst jídlo ve vhodném poměru, nekouřit, nepít příliš mnoho alkoholu a v neposlední řadě samozřejmě pohyb a pobyt na čerstvém vzduchu. Lidské tělo získává potřebné látky ze šesti složek potravy. Konkrétně z vody, cukrů, tuků, bílkovin, vitamínů a minerálů. (ČELEDVÁ, ČEVELA 2010)

2.1.2 Obezita

Hlavní příčinou obezity je nerovnováha mezi příjmem a výdejem. Může být způsobena nadměrným příjmem energie potravou nebo nedostačujícím výdejem energie pohybovou aktivitou. Současná doba přispívá ke všeobecnému zhoršování životního stylu. Příčinami bývají kromě omezeného pohybu, častějším užíváním dopravních prostředků také pokroková technika a další aspekty ovlivňující životy lidí i například skrze stravu. Obzvláště u dětí je velmi oblíbené nezdravé jídlo například z fastfoodů. Toto byly vnější vlivy obezity, ale na druhé straně zde působí také vliv vnitřní. Obezita bývá přibližně z 50 % způsobena geneticky, ale pokud se člověk zaměří na svůj jídelníček a vhodně si ho upraví, přidá do svého života dostatek pohybu, tak je možnost tento předpoklad zrušit nebo alespoň minimalizovat. Existují také období, která přispívají k lidské obezitě a patří mezi ně například stresová období, u dívek období dospívání a u žen po těhotenství nebo v období přechodu. Všeobecně přibývají kila na váze, pokud člověk sníží svou pohybovou aktivitu nebo důsledkem užívání některých léků. Jako v Americe, kde je obezita velmi rozšířeným problémem, tak i po celém světě si lidé začínají více uvědomovat důležitost zdraví a správného životního stylu. Začínají více investovat do pohybových aktivit, zajímat se o zdravou výživu nebo podstupují lékařské



Obrázek 2: Vývoj nadváhy a obezity v České republice

Zdroj: (VZP ČR 2011)

3 Koncepční dokumenty

Koncepčními dokumenty získáme přehled o přístupech, kterými směřují ke sportu. Odlišnost těchto dokumentů vzniká v závislosti působení na různé cílové skupiny a jsou důležitou oporou ve sportovních případech, proto následuje stručné přiblížení.

3.1 Koncepční dokumenty na evropské úrovni

Dokumentů, které vznikají na evropské úrovni, existuje několik a zabývají se vrcholovým, rekreačním sportem a také školním vzděláváním ve sportu. Patří mezi ně Evropská Charta sportu, Evropský manifest o mládeži a sportu, Evropská antidopingová úmluva, Evropská úmluva k diváckému násilí a nevhodnému chování při sportovních utkáních, Evropská charta sportu pro všechny zdravotně postižené osoby a další.

3.1.1 Evropská Charta sportu

Evropská Charta sportu je dokument, jehož myšlenky jsou určeny každému člověku, nejen představitelům různých institucí. Přáním všech by mělo být, aby tělesná výchova dostala konkrétnější podporu státu a v neposlední řadě také hlubší pochopení v souvislostech pro zlepšení kvality života. Cílem této Charty tedy je, aby podpoře sportu dostaly vlády nezbytnými opatřeními v souladu se zásadami Kodexu sportovní etiky. Jedná se například o fakt, aby každému jednotlivci poskytl možnost provozovat sport. Součástí Evropské Charty je několik základních bodů podpory sportu, členěných do několika následujících oblastí:

1. Sportovní hnutí
 - a) podpora a rozvoj ducha dobrovolnosti a dobrovolná hnutí,
 - b) některá ustanovení Charty mohou být svěřena vládním nebo nevládním organizacím.
2. Zařízení a činnost
 - a) přístup ke sportovním zařízením a činnostem bez rozlišení a diskriminace,

- b) provozování sportu závisí také na počtu a rozmanitosti sportovních zařízení a jejich přístupnosti, proto při jejich plánování budou přihlížet orgány veřejné moci, a to k celonárodním, krajským i místním potřebám, ale také k již stávajícím zařízením a umožní odpovídající správu při veškeré bezpečnosti,
- c) majitelé zajistí přístup tělesně i duševně postiženým ke sportovním zařízením.

3. Vytvořit základnu

- a) umožnit všem žákům užívat fungujících sportovní programy a zařízení,
- b) zabezpečit vzdělání a vyškolení kvalifikovaných učitelů ve všech školách,
- c) nabídnout možnost sportovat i po ukončení základní školní docházky,
- d) podporovat vazby mezi školami a školními nebo místními sportovními kluby,
- e) umožnit přístupnost ke sportovním zařízením školákům i místnímu obyvatelstvu,
- f) podporovat postoje k vybízení pravidelného sportu,
- g) obeznámit všechny žáky se sportovní etikou již od základní školy.

4. Rozvíjet účast

- a) podporovat sportování všech občanů při využívání příslušných zařízení a všech možných podmínek k upevnění zdraví nebo ke zlepšení výkonnosti,
- b) podporovat sportovní činnost na pracovišti.

5. Zlepšovat výkony

- a) podporovat sport na vyšší úrovni ve spolupráci se sportovními kluby - zajišťování lékařské péče, vzdělávání trenérů, poskytování vhodných zařízení, vyhledávání talentů a další možnosti.

6. Podpora vrcholovému a profesionálnímu sportu

- a) poskytnout přímou i nepřímou podporu vrcholovým sportovcům.

7. Lidské zdroje

- a) podporovat rozvoj vzdělávacích cyklů,
- b) všichni, kdo řídí nebo kontrolují sportovní činnost, by měli mít příslušnou kvalifikaci, zvláště pro bezpečnost a ochranu zdraví.

8. Sport a zásada trvalého rozvoje

- a) přihlížet k hodnotám přírody a životního prostředí při projektování a výstavbě sportovních zařízení,
- b) podporovat sportovní organizace v jejich úsilí o zachování přírody a životního prostředí,
- c) dbát na to, aby si obyvatelstvo lépe uvědomovalo vazby mezi sportem a trvalým rozvojem a chránilo přírodou.

9. Informování a výzkum

- a) podporovat prostředky, které umožňují shromažďování a šíření účelných informací o sportu,
- b) podporovat vědecký výzkum, týkající se sportu.

10. Financování

- a) poskytovat přiměřené formy pomoci a zdroje z veřejných fondů k umožnění realizace úkolů a cílů této Charty.

11. Národní a mezinárodní spolupráce

- a) realizace cílů této Charty vyžaduje evropskou a mezinárodní spolupráci.

3.2 Koncepční dokumenty v oblasti tělesné kultury na úrovni státu

Tělesná kultura je v současnosti v České republice řízena dokumenty, které udávají legislativní a koncepční rámec. Patří mezi ně Zákon č. 115/2001 Sb., o podpoře sportu, Národní program sportu pro všechny a Koncepce státní politiky v tělovýchově a sportu v ČR. V neposlední řadě také rozhodnutí o poskytnutí dotací a zásady komplexního zabezpečení státní sportovní reprezentace včetně systému výchovy sportovních talentů.

Zákon o podpoře sportu vymezuje postavení sportu ve společnosti jako veřejně prospěšné činnosti a stanoví úkoly ministerstev, jiných správních úřadů a působnost územních samosprávných celků při podpoře sportu. (ZÁKON O PODPOŘE SPORTU, MŠMT ČR 2001)

3.3 Koncepční dokumenty v oblasti tělesné kultury na krajské úrovni

V rámci Libereckého kraje bylo zpracováno několik rozvojových dokumentů. Patří mezi ně například střednědobý Program rozvoje Libereckého kraje, který podporuje hospodářský a sociální růst v regionálním a místním měřítku. Postup a směry možného rozvoje vycházejí ze zákonů č. 129/2000 Sb. o krajích (krajské zřízení) a č. 248/2000 Sb. o podpoře regionálního rozvoje. Jeden z nejdůležitějších dlouhodobých dokumentů, Strategie rozvoje Libereckého kraje, si vytyčil cíl, kterým je definovat globální cíle rozvoje tohoto území. Dalším dokumentem je program rozvoje cestovního ruchu Libereckého kraje a Koncepce rozvoje tělovýchovy a sportu v Libereckém kraji.

4 Tradiční sporty v okrese Česká Lípa

Okres Česká Lípa je okres Libereckého kraje, ležící v severních Čechách. Jeho sídlem je město Česká Lípa a severovýchodně sousedí s okresem Liberec. Je největším okresem Libereckého kraje, ale naopak hustota osídlení je zde nejnižší. Na rozloze 1073 km² se nachází 57 obcí, z toho 11 měst. Český statistický úřad (2012, Charakteristika okresu Česká Lípa) uvádí: „K 31. 12. 2011 podle předběžných výsledků na území okresu žilo 103 142 obyvatel. Středisky osídlení jsou především město Česká Lípa (37 163 obyvatel), dále Nový Bor (12 060 obyvatel), Mimoň (6 720 obyvatel), Doksy (5 171 obyvatel).“

Jelikož se v tomto okrese nachází střední školy pouze v České Lípě, Mimoně, Novém Boru a v Kamenickém Šenově, práce se zabývá sportovními tradicemi právě v těchto městech.

Česká Lípa se může pochlubit prvoligovým volejbalovým celkem mužů A, který nese jméno Lokomotiva Česká Lípa. V okrese Česká Lípa není větší volejbalový oddíl než tento. Působí zde přibližně 160 členů, kteří jsou rozděleny do několika kategorií různé výkonnosti, a to od sportu rekreačního až po vrcholový. Podle věku se zde rozlišuje několik družstev, a to mladších a starších žáků i žákyň, kadetů a mužů. Fungují zde také sportovní třídy a volejbalové přípravy chlapců i děvčat. Reprezentace oddílu i města Česká Lípa a dlouhodobá výchova, která vede děti a mládež ke sportu patří k hlavním cílům klubu. (TJ LOKOMOTIVA ČESKÁ LÍPA - VOLEJBAL 2012)

V České Lípě má svou sportovní tradici také fotbalový klub Arsenal Česká Lípa s.r.o. Počátky se datují rokem 1927, kdy byl klub založen jako ČsSK fotbalový klub. Do roku 1945 však jeho činnost není zachycena a do června 2008 byl klub známý jako FK Česká Lípa o.s. V klubu působí několik týmů. Muži A, hrající Českou fotbalovou ligu a muži B, kteří hrají krajský přebor. Dále Starší dorost, starší žáci, mladší žáci A i B a v neposlední řadě také pět družstev přípravy. (FOTBALOVÝ KLUB ČESKÁ LÍPA 2010)

V Mimoně má velkou sportovní tradici fotbalový klub TJ Jiskra Mimoň. Úplné počátky fotbalu se zde datují kolem roku 1921, kdy začali působit čeští hráči v německém fotbalovém klubu ATUS. Nejdříve na tom nebyli příliš dobře, protože v Mimoně jich žilo na přibližně 7000 obyvatel méně než 500. V roce 1935 se však dali dohromady a s velkým úsilím založili Český sportovní klub Mimoň. V sezóně 2001/2002 dosáhla Mimoň historicky

nejúspěšnějšího výsledku - proboujela se do krajského přeboru. V současné době má fotbalový klub TJ Jiskra Mimoň kromě přípravky, mladších a starších žáků také mužstvo dorostu. Tyto týmy hrají především krajské soutěže. A mužstvo dospělých v roce 2009 sestoupilo z krajského přeboru a od té doby hraje v I. A oblastní třídě. Velkou snahou týmu je dostat se zpět do krajského přeboru. V klubu TJ Jiskra Mimoň trénují také družstva staré gardy a žen, avšak jen příležitostně a pro zábavu. (TJ JISKRA MIMOŇ 2010)

Nový Bor má zástupce kopané a tím je FC Nový Bor. Tento klub byl založen pod názvem SK Bor u České Lípy v roce 1945 a stal se pokračovatelem českých a německých klubů, které však do 2. světové války zanikly. Zázemí třech hřišť umožňuje fotbalistům několika kategorií kvalitní trénování a láká stále nové mladé talenty. (FC NOVÝ BOR 2012)

OK Jiskra Nový Bor je oddíl orientačního běhu. První závody na území Nového Boru se uskutečnily již v roce 1952. Postupem času se zlepšovali závodníci i organizační složky, které jsou doposud výborně hodnoceny. V roce 1989 se účastnilo závodu v Trávníku rekordních 4436 závodníků, a to z 21 zemí. V roce 1998 klub pořádal MS veteránů pro 4000 závodníků z 38 zemí světa. OK Jiskra Nový Bor má v okolí vhodné podmínky nejen pro své členy, ale také pro ostatní oddíly z republiky i zahraničí. Lužické hory lákají dobrým tréninkovým zázemím na různá soustředění a závody. Snaha členů klubu dostala orientační běh mezi nejúspěšnější sporty okresu Česká Lípa. (OK JISKRA NOVÝ BOR 2005)

V Kamenickém Šenově nepůsobí žádný významný sportovní klub s mnohaletou tradicí jako v jiných městech okresu Česká Lípa. Populární je zde však například Klub orientačního běhu, TJ Jiskra Kamenický Šenov nebo Tenisový klub Kamenický Šenov. Žádný z nich však k roku 2012 nepůsobí déle než 20 let.

5 Tradiční sporty v okrese Semily

Okres Semily je druhý nejmenší okres Libereckého kraje a jeho sídlem je město Semily. Severozápadně sousedí s okresy Liberec a Jablonec nad Nisou. Český statistický úřad (2012, Charakteristika okresu Semily) uvádí: „K 31. 12. 2011 žilo ve všech obcích okresu podle předběžných výsledků celkem 74 841 obyvatel. Středisky osídlení jsou především města Turnov (14 382 obyvatel), Semily (8 705 obyvatel), Lomnice nad Popelkou (5 755 obyvatel) a Jilemnice (5 651 obyvatel), ve všech městech žilo dohromady 57,8 % obyvatel okresu.“

V tomto okrese se nachází střední školy ve městech Semily, Turnov, Jilemnice, Lomnice nad Popelkou a ve Vysokém nad Jizerou, proto je práce zaměřena opět na tradiční sporty pouze v těchto městech.

V Semilech je populárním sportem fotbal. Klub SK Semily funguje již déle než sto let. Založen byl studenty v roce 1904 jako Sportovní fotbalový klub v Semilech. Nyní nepůsobí příliš úspěšně v krajském přeboru. V roce 2000 se však klub dostal do České fotbalové ligy, což byl největší dosavadní úspěch. (SK SEMILY 2012)

Další sportovní zálibou obyvatel tohoto města je bezesporu tenis, který má též dlouholetou tradici. V místním klubu se věnují tenisu různé věkové kategorie, od žáků po veterány.

Turnovský fotbal vznikl již v roce 1902. V sezónách 1993/94 a 1995/96 hráli fotbalisté druhou nejvyšší soutěž v České republice. V roce 2004 se oddíl sloučil s celkem Pěnčína a vznikl nový klub, FK Pěnčín – Turnov. Působí zde také dorost, žáci, starší a mladší příprava a nově i družstvo žen. (FK PĚNČÍN-TURNOV 2012)

Mezi tradiční sporty v Turnově patří také volejbal. Zrod klubu TJ Turnov se datuje kolem roku 1950. Muži i ženy se několikrát umístili na 1. místě krajského přeboru. K 20. výročí si družstvo mužů nadělilo titul přeborníků kraje a tím i postup do 2. ligy. Klubových úspěchů bylo mnoho, zejména v devadesátých letech. Nyní jsou zde aktivní družstva mužů A, B i C, žen, juniorek, kadetek, juniorů, kadetů a žáků. Za výborně odvedenou tréninkovou práci s mládeží přibýly i další přebornické tituly. Dalšími oblíbenými turnovskými sporty jsou také basketbal, házená, atletika, orientační běh a další. (TJ TURNOV VOLEJBAL 2012)

Asi největší sportovní akcí Turnova je známý mezinárodní atletický mítink - Memoriál Ludvíka Daňka, kterého se v roce 2012 uskutečnil již 13. ročník. Tato legendární postava československé atletiky se zapsala do listin světových rekordmanů v hodu diskem. Tento mítink však zahrnuje i další disciplíny, které připomínají další vynikající atlety. Patří mezi ně běh na 800 m – Memoriál Antonína Lederera a Jana Kašpárka, běh na 400 m překážek – Memoriál Michala Kobosila a skok o tyči – Memoriál Františka Svobody. Do dubna 2012 projevil zájem o start na turnovském Memoriálu více jak 50 zahraničních závodníků z 18 zemí světa. (DOUBRAVOVÁ 2012)

Jilemnice je město s oblibou zimních sportů. Tradičním sportem je zde lyžování. SKI Jilemnice je klub běžeckého lyžování, který působí na poli sportu již od roku 1894, kdy byl založen jako Český krkonošský spolek SKI Jilemnice několika nadšenými lyžaři. Nyní má klub více než 200 členů ze Svazu lyžařů České republiky. Mezi další tradiční sporty ve městě patří biatlon, orientační běh a basketbal. (ČKS SKI JILEMNICE 2010)

V Lomnici nad Popelkou je známý hokejový klub HC Lomnice nad Popelkou a fotbalový klub FC Lomnice nad Popelkou. Oba tyto kluby vznikly už v roce 1920. Vhodné podmínky pro zimní sporty opět předpovídají, že se ve městě nachází také lyžařské celky. Například Lyžařský sportovní klub Lomnice nad Popelkou, jehož členy jsou příznivci sjezdového a běžeckého lyžování i skoků na lyžích. Ve městě funguje mnoho dalších sportovních oddílů, kterými jsou například tenisové, volejbalové, florbalové a další.

Vysoké nad Jizerou je též městem zimních sportů, proto jsou zde populární lyžařské kluby. Například Český Skiklub Vysoké nad Jizerou má svou tradici, která trvá déle než sto let. Fotbalový klub TJ Vysoké nad Jizerou se také může pochlubit mnohaletým působením na poli sportu ve městě. Jinak tomu není ani u moderní gymnastiky, jejíž počátky jsou zaznamenány už v 70. letech 19. století. V současné době se některé členky klubu účastní i Mistrovství republiky. (SPORT – VYSOKÉ NAD JIZEROU 2012)

6 Oblasti sportovního vyžití pro veřejnost

Města přizpůsobují oblasti aktivním obyvatelům, budují různá sportovní zařízení a vytváří tak možnosti, jak trávit volný čas sportem. Jelikož je praktická část této práce zaměřena na kvalitu a vytíženost středoškolských sportovišť veřejností, tato kapitola se věnuje dalším místům, kde mohou lidé sportovat. Zájem padne pouze na města okresů Česká Lípa a Semily, nikoliv obce, popřípadě vesnice.

6.1 Možnosti sportovního vyžití pro veřejnost v okrese Česká Lípa

Obyvatelé města **Česká Lípa** patří z hlediska věkového průměru obyvatel k nejmladším v České republice, což ovlivňuje požadavky ve veřejných službách. Mladší lidé vyžadují sportovní zařízení, proto také vznikla v České Lípě v roce 2005 příspěvková organizace Sport Česká Lípa, která zajišťuje provoz veřejných sportovišť. Jedná se o sportovní halu, městský stadion, plavecký bazén Sever a sportovní středisko sportareál. Hlavním cílem této organizace je získání finančních zdrojů pro sport v České Lípě. (SPORT ČESKÁ LÍPA 2012)

Ve městě existuje mnoho dalších možností sportovního vyžití. Cyklisty v současnosti láká především relativně nová cyklotrasa Varhany vedoucí z České Lípy až do Kamenického Šenova. Sedmnáctikilometrovou trasu v létě využívají kromě cyklistů také in-line bruslaři a pěší turisté, v zimě slouží běžkařům. (MÚ ČL 2012)

Tabulka 1: Sportovní zařízení v České Lípě

Sporty	aerobik	spinning	squash	zimní stadiony	bazény	tenis	posilovny	bowling
Počet	5	4	1	1	2	3	4	3

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: Centra, která nabízí aerobik, často provozují i jiné druhy cvičení – např. pilates, jógu, jumping, bosu a další.

V České Lípě se nachází také atletický stadion a několik sportovních hal.

Kromě sídla okresu Česká Lípa, kterým je právě město Česká Lípa, je součástí tohoto území celkem 57 obcí. Z toho 11 měst a 1 městys, což je typ obce, ležící podobou mezi městem a vsí a zde jím jsou Holany. Česká Lípa a Nový Bor jsou jediná dvě města okresu, nazývaná obcí s rozšířenou působností. Možnosti sportovního využití pro veřejnost nejsou na tak vysoké úrovni jako v nejvyspělejších městě okresu, kterým je Česká Lípa. Důsledkem tohoto faktu je nižší hustota osídlení v těchto obcích. (MĚSTA A OBCE ONLINE 2012)

Cvikov je město, patřící do okresu Česká Lípa. Společně se svým okolím je oblíbenou rekreační oblastí a to jak v létě díky pěší turistice a cyklistice, tak v zimě díky optimálním podmínkám pro běžecké i sjezdové lyžování. Vlastní město patří mezi menší celky a k 1. 1. 2011 bylo evidováno 4434 obyvatel. Co se týká sportu, mezi nejvýznamnější akce patří především Cvikovské dny sportu, pořádané městem po mnoho let. Běh Cvikovem je také významná sportovní akce města, které se v roce 2011 uskutečnil již 57. Ročník. (MĚSTO CVIKOV 2012)

Doksy jsou velmi známé a vyhledávané město pro rekreaci. Přispěl k tomu Karel IV., který nechal v roce 1367 vytvořit Velký rybník, který známe dnes pod názvem Máchovo jezero. Na severním břehu jezera leží součást Doks a tou jsou Staré Splavy. Tyto oblasti jsou hodně vyhledávány hlavně v letních měsících, kdy tisíce návštěvníků uspokojí čtyři pláže a mnoho dalších aktivit. Návštěvníci využívají také cyklistických a turistických tras v okolí. (OFICIÁLNÍ STRÁNKY MĚSTA DOKSY 2012)

Dubá je město, čítající přibližně 1800 obyvatel se pyšní cyklostezkami a turistickými trasami, které vedou na všechny strany do okolí a lákají především v letních měsících. Jsou zde však i další možnosti pro sport, a to převážně v menších centrech. (OFICIÁLNÍ STRÁNKY MĚSTA DUBÁ 2012)

Kamenický Šenov je nazýván sklářským městem, avšak pořádají se tu i sportovní akce. Pochod za kvetoucí měsíčnicí je tradiční turistická a cykloturistická akce. Dále Běh Kamenickým Šenovem, Koloběžkiáda a další, převážně akce běžeckého lyžování. Plavecký bazén nebo různé posilovny a fitness vyhledávají obyvatelé spíše v okolních městech. (KULTURA A SPORT V KAMENICKÉM ŠENOVĚ 2012)

Mimoň se nachází v podhůří Lužických hor v Ralské pahorkatině. Řeka Ploučnice, která jím protéká, vytváří příhodné podmínky pro vodáctví. Okolní příroda láká na turistické výlety a cyklisty zde uspokojí několik pestrých cyklotras. (MĚSTO MIMOŇ – OFICIÁLNÍ STRÁNKY MĚSTA 2008)

Nový bor je město, které je známo především sklářským průmyslem. Díky lokaci města v kopcovité krajině Lužických hor mají lidé možnost provozovat letní i zimní turistiku. V létě turisty lákají různé památky, hory a krásná příroda, v zimě využívají několik ski areálů, které nabízí okolí. Na své si zde přijdou i příznivci běžeckého lyžování. Sportovní zajímavostí města je nové petanquové hřiště pro seniory, za jejímž vystavením stáli přímo sami senioři z novoborského Svazu důchodců. (OFICIÁLNÍ INTERNETOVÉ STRÁNKY MĚSTA NOVÝ BOR 2012)

Na území **Ralska** se nachází obrovská plocha bývalého vojenského prostoru o rozloze 25 tisíc hektarů. Liberecký kraj získal v roce 2007 od státu 300 hektarů pozemků, bývalého letiště, které je součástí tohoto areálu. Návrhy, týkající se budoucího využití jsou různé, ale jisté je, že krajina nabízí ideální podmínky pro rozvoj cestovního ruchu. (TÝDEN V LIBERECKÉM KRAJI 2012)

Město **Stráž pod Ralskem** se v oblasti sportovního vyžití dostalo do povědomí veřejnosti hlavně díky možnostem zde provozovat vodní lyžování a wakeboarding. Součástí vodního díla Horka je totiž vodní lyžařský vleč, a to jeden ze čtyř v České republice.

Menší města **Zákupy** a **Žandov** jsou známá především významnými historickými a uměleckými památkami, ale turisty je obdivována také krásná okolní příroda.

6.2 Možnosti sportovního vyžití pro veřejnost v okrese Semily

Okres Semily se skládá z 65 obcí a 9 z nich je zároveň městy. Jilemnice, Semily a Turnov jsou obce s rozšířenou působností a město **Semily** je zároveň sídlem okresu. Toto nejmenší okresní město čítá přibližně 9000 obyvatel. Okolí má předpoklady k provozování mnoha sportovních aktivit. V blízkosti města se nachází vrcholy a turistická střediska Jizerských hor a Krkonoš, které lákají v létě na turistiku a cyklistiku, v zimě na sjezdové i běžecké lyžování. (MĚSTO SEMILY - KULTURA, SPORT A VOLNÝ ČAS 2011)

Harrachov v minulosti proslul sklářským průmyslem, později se stal nejznámějším sportovním a turistickým střediskem západních Krkonoš. V zimě zde tisíce lyžařů a snowboardistů využívá sjezdové tratě různých náročností, které uspokojí začátečníky i dobré lyžaře. V okolí Harrachova mohou běžkaři využít přibližně 100 km běžeckých tratí. Areál přizpůsobil některé sjezdové tratě i vozíčkářům, a to snadným bezbariérovým přístupem ze dvou parkovišť přímo k lanové dráze i snadno dostupným občerstvením. V létě mají turisté v Harrachově mnoho možností sportovního vyžití. Kromě pěší turistiky je velmi populární sjíždění řeky Jizery od Mýta. Pro cyklisty je zde spousta dobře značených tratí různých obtížností. Horolezcům oblíbené jsou Lubošské skály, které se nachází pár kilometrů pod Voseckou. (HARRACHOV – SPORT 2011)

Tabulka 2: Sportovní zařízení v Harrachově

Sport zařízení	Tenisové kurty	Minigolfová hřiště	Golfová hřiště	Adrenalinová centra
Počet	11	2	1	4

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: Sportovní zázemí je společně s wellness nejčastěji součástí hotelů. Přesný počet není k dispozici.

Jablonec nad Jizerou má opět možnosti sportovního vyžití zejména v oblasti turistiky, cyklistiky, vodáctví a lyžování. Je zde nástupní místo pro adrenalinový zážitek sjíždění Jizery.

Jilemnice leží v západním podhůří Krkonoš a má přibližně 6 tisíc obyvatel. Město je známé zejména lyžařskou tradicí, funguje zde nejstarší lyžařský spolek - Český krkonošský spolek SKI. Pro běžecké lyžování je oblíbený areál Hraběnka a pro sjezdové se nabízí menší lyžařský vlek na Kozinci. Přes léto a za hezkého počasí si návštěvníci užívají především turistiku, inline bruslení nebo cyklistiku. (SPORTOVNÍ CENTRUM JILEMNICE 2011)

Lomnice nad Popelkou leží pod horou Tábor a má přibližně 6 tisíc obyvatel. Opět jde o město, uspokojující nároky na sportování jak v létě, tak v zimě. Turistické, cyklistické trasy a lyžařské zázemí lákají návštěvníky společně s možnými cíli, kterých mohou dosáhnout.

Rokytnice nad Jizerou je známá zejména zimním sportovním vyžitím. Nachází se tu 10 skiareálů, z nichž je Skiareál Horní Domky jedním z největších a nejvyhledávanějších v republice. Na vrcholu vyčnívá Lysá hora, kde také nástupní místo běžecké Krkonošské magistrály. V létě zde existuje mnoho tras a cílů jak pro pěší výlety, tak pro cykloturistiku. Vhodné podmínky pro vodáctví poskytuje řeka Jizera. (ROKYTNICE NAD JIZEROU, KRKONOŠE – LÉTO / ZIMA 2011)

Rovensko pod Troskami leží v jedné z nejkrásnějších oblastí České republiky, v centru Českého ráje. Nejvýraznějším bodem a lákadlem pro turisty je hrad Trosky. Ten a jeho okolí lákají v letních měsících tisíce turistů krásnou a nedotčenou přírodou. Tato oblast je velmi vyhlášenou a také oblíbenou u cyklistů.

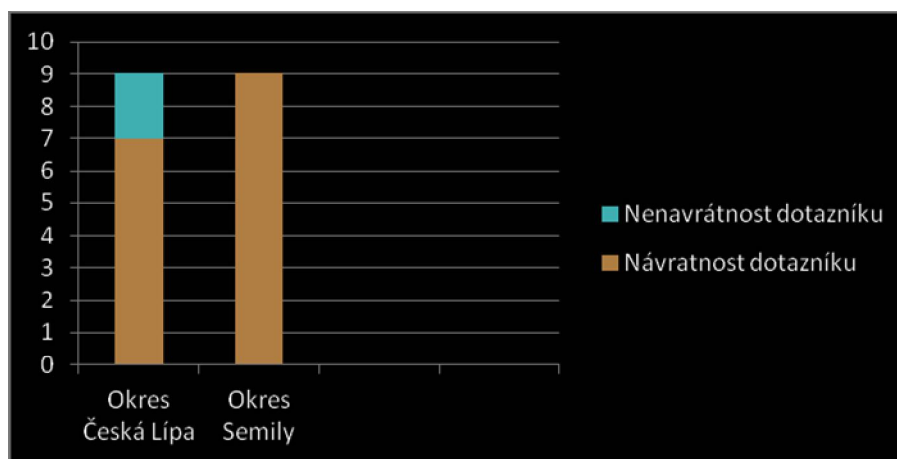
Turnov je město, které leží v krásné oblasti Českého ráje. Poloha je hlavní příčinou přílivu návštěvníků, kteří sem míří hlavně za turistikou a zajímavými turistickými cíli, dále samozřejmě také za cyklistikou. V létě mají hodně práce agentury, zprostředkovávající výlety, sjíždění řeky Jizery nebo lezení po skalách a to vše s proškolenými instruktory. (MOCHAL 2008)

Vysoké nad Jizerou je město známé především díky zázemí pro zimní sporty. Najdeme zde Skiareály Větrov, Šachty a Sklenařice. Pro příznivce běžeckého lyžování se v okolí linou pravidelně udržované běžecké tratě. V létě návštěvníci míří do Vysokého nad Jizerou převážně za turistikou.

7 Zpracování dotazníkového šetření

Dotazníkovým šetřením, které se týká kvality a využitelnosti středoškolských sportovních zařízení, prošlo celkem 18 škol z 2 okresů, Česká Lípa a Semily. V každém z těchto okresů se nachází 9 středních škol. Oslovení probíhalo prostřednictvím elektronické pošty, formou strukturovaného dotazníkového šetření, které obsahovalo jak otevřené, tak uzavřené otázky. Z celkového počtu 18 škol na zaslaný dotazník odpovědělo 16 z nich. Z okresu Semily odpovědělo všech 9 škol, z okresu Česká Lípa odpovědělo 7 škol z 9, což je znázorněno na grafu 1. Tento průzkum analyzuje odlišnosti v kvalitě a využití školních sportovišť, a to ve třech různých rovinách:

- a) škola vlastní sportoviště a jsou přístupná pro veřejnost,
- b) škola vlastní sportoviště, ale neposkytuje jejich pronájem - pro veřejnost nejsou přístupná,
- c) škola nevlastní žádná vnitřní či venkovní sportoviště.



Graf 1: Návratnost dotazníků v obou okresech

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Tabulka 3: Konkrétní střední školy v okresech Česká Lípa a Semily

Okres Česká Lípa	Okres Semily
Soukromá podnikatelská střední škola Česká Lípa v.o.s.	Gymnázium Ivana Olbrachta, Semily, příspěvková organizace
Euroškola Česká Lípa střední odborná škola s.r.o.	Gymnázium, Turnov, příspěvková organizace
Gymnázium, Česká Lípa, příspěvková organizace	Gymnázium a Střední odborná škola, Jilemnice
Gymnázium, Mimoň, příspěvková organizace	Obchodní akademie, Hotelová škola a Střední odborná škola, Turnov
Obchodní akademie, Česká Lípa	Střední uměleckoprůmyslová škola a Vyšší odborná škola, Turnov
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola, Nový Bor	Střední zdravotnická škola, Turnov
Střední uměleckoprůmyslová škola sklářská, Kamenický Šenov	Integrovaná střední škola, Semily
	Integrovaná střední škola, Vysoké nad Jizerou
	Střední škola, Lomnice nad Popelkou

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: V tabulce jsou uvedeny pouze školy, které odpověděly v dotazníkovém šetření, tedy 16 z celkových 18 škol.

Školy, které se dotazníkového šetření nezúčastnily, jsou Střední průmyslová škola a Střední odborná škola a Střední odborné učilištěm. Obě školy se nachází v České Lípě.

Tabulka 4: Konkrétní střední školy – vlastní / nevlastní sportoviště

Vlastní sportoviště	Nevlastní sportoviště
Gymnázium, Česká Lípa, příspěvková organizace	Soukromá podnikatelská střední škola Česká Lípa v.o.s.
Obchodní akademie, Česká Lípa	Euroškola Česká Lípa střední odborná škola s.r.o.
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola, Nový Bor	Gymnázium, Mimoň, příspěvková organizace
Gymnázium Ivana Olbrachta, Semily, příspěvková organizace	Střední uměleckoprůmyslová škola sklářská, Kamenický Šenov
Gymnázium, Turnov, příspěvková organizace	Střední zdravotnická škola, Turnov
Gymnázium a Střední odborná škola, Jilemnice	Integrovaná střední škola, Semily
Obchodní akademie, Hotelová škola a Střední odborná škola, Turnov	Integrovaná střední škola, Vysoké nad Jizerou
Střední uměleckoprůmyslová škola a Vyšší odborná škola, Turnov	Střední škola, Lomnice nad Popelkou

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: Červeně označené jsou školy okresu Česká Lípa, modře školy okresu Semily.

V tabulce 4 je znázorněno, kolik škol vlastní či nevlastní sportoviště. Přehledně zde můžeme vidět, že v okresu Česká Lípa tři školy sportoviště vlastní a čtyři ne. V okrese Semily je tomu opačně – pět škol sportoviště vlastní, a čtyři jej nevlastní.

Následující tabulky 5 a 6 přehledně znázorňují odlišnosti v přístupnosti do středoškolských sportovišť široké veřejnosti v jednotlivých okresech.

Tabulka 5: Odlišnosti u středních škol – Česká Lípa

škola vlastní sportoviště a jsou přístupná pro veřejnost	3
škola vlastní sportoviště, ale nejsou přístupná pro veřejnost	0
Škola nevlastní žádné vnitřní či venkovní sportoviště	4

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Tabulka 6: Odlišnosti u středních škol – Semily

škola vlastní sportoviště a jsou přístupná pro veřejnost	4
škola vlastní sportoviště, ale nejsou přístupná pro veřejnost	1
Škola nevlastní žádné vnitřní či venkovní sportoviště	4

Zdroj: vlastní

Vidíme, že jediná škola, konkrétně z okresu Semily, má vlastní sportoviště k dispozici, které však pro veřejnost není zpřístupněné. V ostatních případech všechny školy, které sportoviště vlastní, umožňují alespoň částečně jejich využívání také veřejnosti.

8 Kvalita sportovišť – prostorové a materiální zázemí škol

Z 16 škol, které odpověděly na vypracovaný dotazník, vlastní sportoviště pouze 8 z nich. Zbylých 8 škol provozuje výuku tělesné výchovy v jiných sportovních zařízeních, protože vlastní sportoviště nevlastní.

Střední školy, jejichž součástí nejsou sportovní zařízení, ale i ty, které nějaké sportoviště vlastní, využívají i jiná sportovní střediska a centra pro výuku tělesné výchovy. V České Lípě to jsou nejčastěji prostory základních škol, nacházejících se poblíž škol středních, fotbalové hřiště s umělým povrchem, patřící tělovýchovné jednotě nebo městský stadion, který má příznivé podmínky pro atletiku.

V okrese Semily navštěvují školy pro svou výuku sportovní areály spíše příležitostně, avšak velmi různorodě. Využívají haly různých sportovních center, tenisové kurty, plavecký bazén, atletický stadion v Turnově, posilovnu, kuželkářskou dráhu a v zimě kluziště zimních stadionů nebo lyžařský a běžecký areál Hraběnka.

8.1 Typy sportovišť

Sportoviště rozlišujeme na vnitřní a venkovní. Mezi vnitřní řadíme kromě tělocvičen například posilovny, cvičební místnost například na aerobik, prostory na stolní tenis a popřípadě má-li škola bazén. Venkovními sportovními prostory jsou například fotbalová hřiště s travnatým nebo umělým povrchem, tartanový běžecký pás, víceúčelová hřiště na míčové sporty, tenis a podobně.

Tabulky 7 a 8 na následující stránce dokládají, jakým způsobem vnímají školy svá sportoviště ohledně dostatečnosti či nedostatečnosti, a to jak pro okres Česká Lípa, tak pro okres Semily.

Tabulka 7: Vnitřní a venkovní sportoviště – dostačující / nedostačující (okres Č. Lípa)

Druh sportoviště	Ano	Ne	Dostačující	Nedostačující
Vnitřní sportoviště	3	0	2	1
Venkovní sportoviště	2	1	1	1

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: Údaje v tabulkách se získávají z celkového počtu středních škol, které VLASTNÍ sportovní sportoviště, v Okrese Česká Lípa tedy ze tří.

Tabulka 8: Vnitřní a venkovní sportoviště – dostačující / nedostačující (okres Semily)

Druh sportoviště	Ano	Ne	Dostačující	Nedostačující
Vnitřní sportoviště	4	1	4	0
Venkovní sportoviště	4	1	3	1

Zdroj: vlastní

Pozn.: v tabulkách se získávají z celkového počtu středních škol, které VLASTNÍ sportoviště, v Okrese Semily tedy z 5.

Tabulky 7 a 8 jsou založené na subjektivních názorech respondentů jednotlivých škol, což může mít za následek různosti v názorech a odlišnosti od reality.

Následující dvě tabulky dokládají jaká konkrétní sportoviště mají školy v obou okresech k dispozici.

Tabulka 9: Konkrétní sportoviště středních škol v okrese Česká Lípa

Škola	Vnitřní sportoviště	Venkovní sportoviště
Gymnázium v České Lípě	1 tělocvična (velká), posilovna	fotbalové hřiště s přírodním trávníkem, víceúčelové hřiště
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola v Novém Boru	1 tělocvična (velká), posilovna	asfaltové hřiště (nevyhovující)
Obchodní akademie v České Lípě	cvičební místnost, posilovna	nemá

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Cvičební místnost je vhodná například pro aerobik, jógu a podobně. Víceúčelové hřiště pro míčové hry, tenis a další. Nejčastějším vnitřím sportovištěm je posilovna.

Tabulka 10: Konkrétní sportoviště středních škol v okrese semily

Škola	Vnitřní sportoviště	Venkovní sportoviště
Gymnázium a SOŠ Jilemnice	2 tělocvičny (malá i velká), posilovna, cvičební místnost, prostor na stolní tenis, bazén	hřiště s přírodním i umělým trávníkem, tartanový běžecký pás, víceúčelové hřiště, přírodní běžecký areál
Gymnázium v Turnově	1 tělocvična (malá)	fotbalové hřiště s umělým trávníkem, tartanová běžecký pás, víceúčelové hřiště
Gymnázium Ivana Olbrachta v Semilech	2 tělocvičny (malé), posilovna, cvičební místnost, prostor na stolní tenis	škvárová dráhy, betonové a antukové hřiště
Střední uměleckoprůmyslové školy a VOŠ v Turnově	1 tělocvična (velká), posilovna	nemá
Obchodní akademie, Hotelová škola a Střední odborná v Turnově	nemá	fotbalové hřiště s umělým trávníkem, víceúčelové hřiště (nevyhovují rozměry)

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

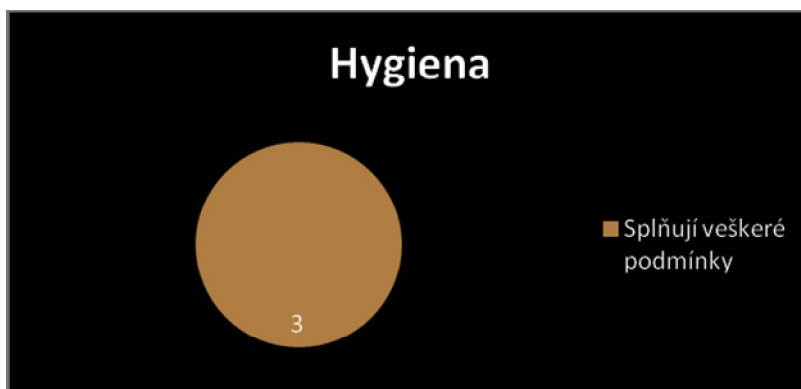
Pozn: Cvičební místnost je vhodná například pro aerobik, jógu a podobně. Víceúčelové hřiště pro míčové hry, tenis a další.

Díky tabulkám, zpracovaným na základě dotazníkového šetření, je zřejmé, že většina sportovních zařízení středních škol má nevyhovující podmínky, proto je téměř nutné provést výstavby nových sportovišť nebo rekonstrukce stávajících, a to v obou zmíněných okresech.

8.2 Hygienické prostředí sportovišť

Hygiena školních sportovních zařízení ve většině případů odpovídá předpisům, vydaným MŠMT. Z celkového počtu 8 škol vlastnících sportoviště má 6 z nich k dispozici v blízkosti sportovišť šatny, rozdělené na pánské a dámské, jejichž součástí jsou i sprchy, v těsné blízkosti toalety, rozdělené též na pánské a dámské a pro větší bezpečnost je možné tyto šatny zamykat. Výjimkou jsou 2 školy, z nichž první nemá vůbec zázemí pro převlékání, druhá sice šatny má, ale není možnost je pro bezpečnost zamykat a ani nejsou jejich součástí sprchy, pánské a dámské toalety jsou však umístěny v těsné blízkosti.

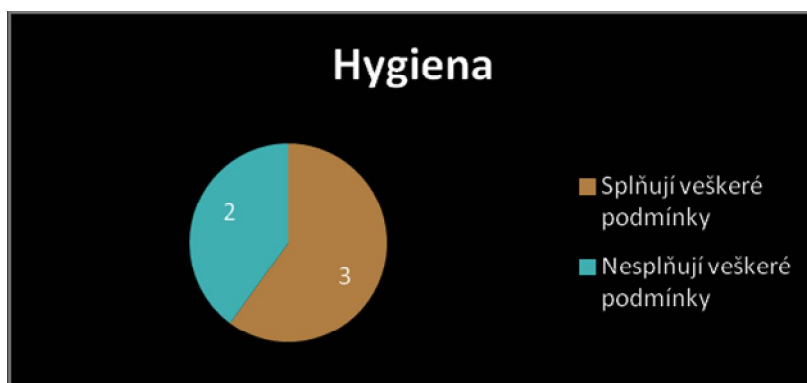
V okrese Česká Lípa jsou celkem 3 školy, které vlastní sportoviště. Z nich mají všechny zázemí šaten, rozdělené na pánské a dámské včetně sprch a pro bezpečnost s možností zamykání. V jejich těsné blízkosti jsou umístěny také toalety, pánské a dámské. Tento stav je znázorněn na grafu 2.



Graf 2: Hygiena (okres Česká Lípa)

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

V okrese Semily je celkem 5 škol, které vlastní sportoviště, a z nich 3 splňují všechny podmínky. Těmi jsou rozdělení šaten na pánské a dámské, jejichž součástí jsou sprchy, pro bezpečnost možnost zamykání a toalety v těsné blízkosti. Zbylé 2 školy tyto podmínky nesplňují, což je vidět v grafu 3.



Graf 3: Hygiena (okres Semily)

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

8.3 Vybavení sportovišť

Další část dotazníkového šetření se týká obecné charakteristiky vybavení škol, náradím a náčiním. Kritéria hodnocení byla stanovena běžnými sportovními aktivitami, které by měli studenti v rámci hodin tělesné výchovy vykonávat.

8.3.1 Vybavenost středoškolských sportovišť v okrese Česká Lípa a Semily

Vybavení na **gymnastiku** by mělo obsahovat především švédské bedny, žíněny, kozy, koně, hrazdu, duchnu, odrazový můstek, trampolínky a kruhy. Tabulky 11 a 12 dokládají, které školy, mají sportoviště vybavená pro gymnastiku dostatečně.

Tabulka 11: Gymnastika – Česká Lípa

Školy	Vybavení – ano / ne
Gymnázium v České Lípě	ano
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola v Novém Boru	ano
Obchodní akademie v České Lípě	ne

Zdroj: Vlatní dotazníkové šetření

Tabulka 12: Gymnastika – Semily

Školy	Vybavení – ano / ne
Gymnázium a SOŠ v Jilemnici	ano
Gymnázium v Semilech	ano
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	ano
Gymnázium v Turnově	ano
Obchodní akademie, Hotelová škola a SOŠ v Turnově	ne

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Obsah náradí a náčiní, které je spojeno s nácvikem **atletických disciplín** zahrnuje vybavení pro skok daleký a vysoký, nácvik hodů diskem, oštěpem, kriketovým míčkem a vrhu koulí. Tuto skutečnost dokládají tabulky 13 a 14.

Tabulka 13: Atletika – Česká Lípa

Školy	Vybavení – ano / ne
Gymnázium v České Lípě	ano
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola v Novém Boru	ne
Obchodní akademie v České Lípě	ano

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Tabulka 14: Atletika - Semily

Školy	Vybavení – ano / ne
Gymnázium a SOŠ v Jilemnici	ano
Gymnázium v Semilech	ano
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	ne
Gymnázium v Turnově	ano
Obchodní akademie, Hotelová škola a SOŠ v Turnově	ne

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Vybavení pro **míčové sporty** by mělo zahrnovat především míče a další výbavu podle druhů sportu. Jedná se zde o sítě, branky, koše, hole a výstoje pro brankáře. Opět tuto situaci dokládají tabulky, konkrétně tabulka 15 a 16.

Tabulka 15: Míčové hry – Česká Lípa

Školy	Házená – ano / ne	Volejbal, fotbal, basketbal, florbal
Gymnázium v České Lípě	ano	ano
VOŠ sklářská a SŠ v Novém Boru	ne	ano
OA v České Lípě	ne	ano

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Tabulka 16: Míčové hry – Semily

Školy	Házená – ano / ne	Volejbal, fotbal, basketbal, florbal
Gymnázium a SOŠ v Jilemnici	ano	ano
Gymnázium v Semilech	ano	ano
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	ne	ano
Gymnázium v Turnově	ano	ano
OA, Hotelová škola a SOŠ v	ne	ano

Turnově		
---------	--	--

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Vybavení na házenou má Gymnázium v Semilech jen v omezeném množství a Gymnázium v Turnově vlastní pouze míčky, branky nikoliv. Obchodní akademie, Hotelová škola a SOŠ v Turnově nemá kompletní výbavu na ostatní míčové sporty, chybí zde vybavení na fotbal a florbal, Střední uměleckoprůmyslové škole a VOŠ v Turnově schází fotbalové míče a branky.

Dalším sportem, který by se měl na sportovištích provozovat, je tenis. Výbava na **tenis** by měla zahrnovat rakety, míčky, síť a na **stolní tenis** páčky, míčky a zajisté stoly. Situaci na středních školách opět přehledně dokládají taulky 17 a 18.

Tabulka 17: Tenis, stolní tenis – okres Česká Lípa

Školy	Tenis – ano / ne	Stolní tenis – ano / ne
Gymnázium v České Lípě	ano	ano
VOŠ sklářská a SŠ v Novém Boru	ne	ano
OA v České Lípě	ano	ano

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Tabulka 18: Tenis, stolní tenis – okres Semily

Školy	Tenis – ano / ne	Stolní tenis – ano / ne
Gymnázium a SOŠ v Jilemnici	ano	ano
Gymnázium v Semilech	ne	ano
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	ne	ne
Gymnázium v Turnově	ne	ano
OA, Hotelová škola a SOŠ v Turnově	ano	ano

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Vidíme, že častěji je k dispozici vybavení pro stolní tenis, než na tenis. To může být způsobeno především menší prostorovou náročností na vybavení pro stolní tenis.

V rámci **netradičních sportů** nabízí školy svým žákům různé alternativní způsoby her a méně zvyklých sportů.

Ze tří škol okresu Česká Lípa uvedlo v dotazníkovém šetření pouze Gymnázium v České Lípě přítomnost vybavení právě pro netradiční sporty. Konkrétně se jedná o nářadí a náčiní pro badminton, softball a frisbee.

V okrese Semily odpověděly na otázku čtyři z pěti škol. Gymnázium v Semilech vlastní vybavení na softball, frisbee a momentálně provozuje také pilotní školu na Kin-ball. Gymnázium a SOŠ v Jilemnici zahrnuje díky vlastní výbavě do výuky netradiční a pro školy

nezvyklé aktivity, kterými jsou střelba ze vzduchovek, běžecké a sjezdové lyžování, Kin-ball a skoky na velké trampolíně. Gymnázium v Turnově provozuje vodní sporty, protože vlastní kánoe a raft. Dále také orientační běh, softball a lezení. Obchodní akademie, Hotelová škola a SOŠ v Turnově vlastní 4 lodě a se svými studenty se účastní vodáckých výletů na Ploučnici.

Tabulka 19: Chybějící vybavení – okresy Česká Lípa a Semily

Školy	Chybí
Gymnázium v České Lípě	-
VOŠ sklářská a SŠ v Novém Boru	hřiště, běžecký ovál a vybavení na lehkou atletiku
OA v České Lípě	-
Gymnázium a SOŠ v Jilemnici	kvalitní set na florbal, vlastní posilovnu a bedýnky na step aerobik
Gymnázium v Semilech	kvalitnější vybavení, více míčů, míčků, relaxačních a balančních pomůcek a posilovací náčiní
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	Kvalitnější základní vybavení
Gymnázium v Turnově	-
Obchodní akademie, Hotelová škola a SOŠ v Turnově	tělocvična

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Pozn.: Červeně označené jsou školy okresu Česká Lípa, modře školy okresu Semily.

Celkově se dá zhodnotit vybavení sportovišť u těchto středních škol za optimální, nachází se zde však mnoho mezer, které by bylo potřeba materiálně doplnit. Odvíjí se to také od druhů a úrovně sportovišť. Školy, které nabízejí žákům i veřejnosti kvalitní a novější prostory, většinou neužívají zastaralé nářadí a náčiní, ale spíše modernější a to samé platí i naopak. Školy s nedostačující úrovní svých sportovišť vyslovily nespokojenost ohledně chybějícího nebo zastaralého vybavení, na některých místech postrádají přímo prostory pro sportování, vnitřní i venkovní. Snaží se však tento fakt kompenzovat využíváním mimoškolních sportovních center nebo výbavou na netradiční sporty, které jsou velmi oblíbené při výuce tělesné výchovy. Školy, které mají kvalitní a uspokojující stav svého nářadí a náčiní, určily za chybějící spíše nadstandardní vybavení pro výuku tělesné výchovy.

8.4 Výstavby a poslední rekonstrukce sportovišť

Posledním článkem v okruhu otázek, poskytujících odpověď na téma kvality a vybavení sportovišť, je dotaz na poslední rekonstrukce a úpravy těchto zařízení. Rekonstrukce závisí na individuálním přístupu ředitelů a zástupců škol. Pozitivní přístup a snaha k provozování kvalitnějších sportovišť vedou jedině k úspěchu. Bohužel bývají rekonstrukce omezeny nedostatkem finančních zdrojů nebo se jim nepřikládá důležitost.

8.4.1 Rekonstrukce a dohled nad sportovišti - okres Česká Lípa

Gymnázium v České Lípě vlastní sportoviště, fungující 18 let a prozatím u nich neproběhly žádné náročnější úpravy. Obchodní akademie v České Lípě uvedla, že poslední rekonstrukce školy proběhla před dvěma lety. Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola v Novém Boru dokončila přístavbu tělocvičny v roce 1997, další rekonstrukce je již naplánovaná.

Všechny 3 školy okresu Česká Lípa uvedly, že mají správce sportovišť. Nejčastěji je touto funkcí pověřen školník a o stav nářadí a náčiní se starají především vyučující tělesné výchovy. Ti pravidelně vybavení kontrolují, aby nedošlo ke ztrátě a poškození zařízení nebo zranění účastníků tělovýchovného procesu.

8.4.2 Rekonstrukce a dohled nad sportovišti - okres Semily

V okrese Semily většinou fungují tělocvičny již od založení škol a počátku jejich působení. Gymnázium v Turnově dále uvedlo, že venkovní hřiště využívá přibližně po dobu 10 let a vnitřní sál 2 roky. Gymnázium v Semilech po mnohaletém fungování tělocvičen provedlo nedávno zateplení, větší rekonstrukce byla provedena již před mnoha lety. U venkovního sportoviště Obchodní akademie, Hotelové školy a SOŠ proběhla v létě roku 2011 úprava terénu. A u vnitřního sportoviště Střední uměleckoprůmyslové školy a VOŠ probíhá nyní, v dubnu roku 2012, rekonstrukce – úprava podlahy.

Stejně jako u okresu Česká Lípa i zde u většiny škol funkci správce zastává školník a na stav náradí a náčiní dohlíží vyučující tělesné výchovy.

Shrnutí dat, které poskytly školy prostřednictvím dotazníkového šetření, vede k závěru, že i přes nevyhovující stav jejich sportovních zařízení nejsou schopny finančně pokrýt rekonstrukce, které jsou žádoucí. V průběhu dlouholetého využívání sportovních zařízení proběhlo několik úprav, avšak nebylo jich mnoho a jejich provedení je potřebné ve větším měřítku.

9 Využití sportovišť středních škol veřejností

Na otázky, které se týkají výzkumu o využitelnosti sportovišť na středních školách po skončení výuky veřejností, odpovídali vyučující tělesné výchovy, ředitelé či jejich zástupci konkrétních středních škol v okresech Česká Lípa a Semily Libereckého kraje. Otázky vedly převážně k volným odpovědím, aby měli respondenti možnost se individuálně vyjádřit. Závěry můžeme vyvodit pouze z odpovědí škol, které sportoviště vlastní a zároveň také pronajímají.

9.1 Využití středoškolských sportovišť - okres Česká Lípa

V tomto okrese vlastní a zároveň pronajímají všechny tři školy svá sportoviště. Pronajímané prostory přibližují údaje v tabulce 20.

Tabulka 20: Pronajímané prostory – Česká Lípa

Školy	Pronajímané prostory
Obchodní akademie v České Lípě	posilovna, sál na aerobik a tance
Gymnázium v České Lípě	tělocvična, venkovní sportareál
Vyšší odborná škola sklářská a Střední škola v Novém Boru	tělocvična, posilovna; venkovní hřiště (zdarma)

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Ceny pronájmů jsou různé a pohybují se přibližně od 120 do 300 Kč / h. Částky se individuálně liší v závislosti na druhu, kvalitě a velikosti zařízení.

V týdnu bývají pronajímaná zařízení přístupná po skončení výuky, přibližně od 15:30 do 21:30 hodin. Někdy je však toto časové rozmezí užší vzhledem k odpoledním školním aktivitám a sportovním kroužkům. U žádné z těchto škol není pronájem plně využit. Průměrně se doba využívání sportovišť veřejností pohybuje od 15 do 20 hodin týdně.

O víkendech nabídka pronájmu sportovišť stále trvá, veřejnost však nemá zájem o provozování pravidelných víkendových aktivit. Všechny tři školy uvedly, že jsou jejich zařízení o víkendech využita pouze výjimečně. Pokud se tomu tak stane, jedná se nejčastěji o celodenní turnaje, například volejbalové.

V průběhu letních prázdnin nabízí svá sportoviště veřejnosti dvě školy ze tří.

Celkově je možné shrnout rozvrh vytiženosti pronajímaných středoškolských sportovních zařízení v okrese Česká Lípa jako zcela nenaplněný. U všech škol se jedná přibližně o 15 až 20 hodin týdně, sportoviště by se mohly využívat v odpoledních hodinách i více.

9.2 Využití středoškolských sportovišť - okres Semily

V tomto okrese pronajímají školní sportoviště 4 z 5 škol. Přehled pronajímaných prostorů ukazuje tabulka 21.

Tabulka 21: Pronajímané prostory – Semily

Školy	Pronajímané prostory
Gymnázium v Turnově	tělocvična, cvičební sál, venkovní hřiště s umělým trávníkem
Gymnázium v Semilech	2 tělocvičny; venkovní hřiště (zdarma)
Střední uměleckoprůmyslová škola a VOŠ v Turnově	tělocvična
Obchodní akademie, Hotelová škola SOŠ v Turnově	víceúčelového venkovního hřiště (nevyhovující – smluvní symbolická cena)

Zdroj: Vlastní dotazníkové šetření

Ceny pronájmů se pohybují přibližně od 130 do 300 Kč / h. Opět se odvíjí v závislosti na druhu, kvalitě, velikosti vybavení a kromě toho také, zda lidé vyžadují šatnu, ta je většinou za příplatek.

V týdnu bývají pronajímaná zařízení přístupná po skončení výuky, přibližně od 15:30 do 21:30 hodin. Gymnázium v Turnově má kapacitně téměř obsazené sportovní prostory, tělocvičnu i venkovní hřiště. U ostatních škol veřejnost využívá sportovišť přibližně 5pětaž 15 hodin týdně.

O víkendech jsou využívány prostory Gymnázia v Turnově v odpoledních hodinách. Ostatní školy pronajímají sportovní zařízení jen narázově.

V průběhu letních prázdnin nabízí školy pronájem svých sportovišť, využívají je například sportovní oddíly v průběhu soustředění nebo dětské tábory.

Využití středoškolských sportovních zařízení v okrese Semily je na obdobné úrovni jako v okrese Česká Lípa. Nejlépe je využívá Gymnázium v Turnově, jehož vnitřní i venkovní zařízení jsou pronájmy téměř naplněny. U ostatních škol by se mohla sportoviště více zužítkovat, a to jak v týdnu, tak i během víkendů.

10 Dílčí řešení a návrhy

Sport je důležitý pro každého jedince. U dětí podporuje všeobecný tělesný rozvoj, podporuje psychiku, kolegalismus, přátelství, smysl pro fair play a mnoho dalších pozitivních vlastností. Měl by být nedílnou složkou života i dospělých. Mnoho z nich tráví většinu dne zaměstnáním, které neumožňuje příliš mnoho pohybu, proto by si měl být každý člověk schopen správně a účelně rozvrhnout čas. Ideální je rozdělení dne na dobu, kterou stráví v pracovním procesu a také na dobu, kterou věnuje sobě, svým koníčkům, pohybu a spánku.

Možností vyžití, které nabízejí různé způsoby v trávení volného času sportem, je mnoho. Lidé mohou využívat přírody pro turistiku, jízdu na kole, bruslení, lyžování, procházky a mnoho dalších aktivit. Dále sportovních center, jejichž nabídka je velmi různorodá a zahrnuje snad všechna možná sportovní odvětví. V neposlední řadě se zde nabízí také možnost využívání sportovních zařízení středních škol, na což se tato práce zaměřuje. Z praktického výzkumu však vyplývá, že školní sportoviště v některých oblastech schází nebo jsou často ve špatném technickém stavu a obsahují nedostačující vybavení. Aby se zlepšila jejich úroveň, zvýšilo se využití, a to jak studenty, tak veřejností, je nutné provést určité změny. Zde se nachází pro příklad několik navrhovaných bodů, které doporučuje tato práce v závislosti na výzkumu o kvalitě a využití sportovišť středních škol v okresech Česká Lípa a Semily.

- 1) Podporovat výstavbu sportovních zařízení
- 2) Postupně provádět rekonstrukce stávajících sportovišť
- 3) Zajišťovat adekvátní sportovní vybavení
- 4) Modernizovat stávající vybavení, pokud je to ještě možné
- 5) Zařídit základní nářadí a náčiní pro školy v dostačujícím množství a uspokojujícím stavu
- 6) Vytvořit program odpoledních aktivit pro děti
- 7) Nabídnout tělocvičny pro vytvoření odpoledních programů cvičení pro ženy
- 8) Nabídnout sportoviště i místním sportovním oddílům
- 9) Nabídnout sportoviště široké veřejnosti – pravidelné využívání
- 10) Nabídnout sportoviště široké veřejnosti – možnost využívání nárazově
- 11) Pověřit správou sportovních zařízení jinou osobu než školníka
- 12) Nabídnout prostory posiloven veřejnosti, zejména mužské části obyvatel

Závěr

Z analýzy vyplývá, že v okresech Česká Lípa a Semily z celkového počtu 16 dotázaných středních škol, vlastní sportoviště polovina z nich, což je relativně málo. Navíc se nedá říct, že by sportovní zařízení škol plně vyhovovala zároveň prostorovým, materiálním, bezpečnostním, hygienickým a dalším požadavkům. Rozhodně by se měla věnovat větší pozornost investicím do sportovních zařízení, a to i jako formy doprovodné infrastruktury rekreace a sportu. Budoucnost totiž předvídá větší orientaci na zdravý životní styl, využití volného času, relaxaci po sportu a aktivní odpočinek. Podmínky pro uspokojení v těchto oblastech nejsou v současné době všeobecně ideální. Vhodné bude klást důraz na podporu budování sportovních hal či multifunkčních zařízení, rozšiřování stávajících vnitřních i venkovních objektů, modernizaci sportovišť a jejich vybavení. U obou okresů se setkáváme s faktem, že několik škol vlastní pouze vnitřní nebo venkovní sportoviště, kde navíc nejsou podmínky, které by splňovaly veškeré požadavky vhodné pro všeobecný tělesný rozvoj. Školy jsou v takových případech odkázány využívat jiná sportovní centra pro výuku tělesné výchovy nebo přizpůsobují hodiny tělesné výchovy svému zázemí, což má někdy za následek úzký profil provozovaných aktivit nebo přímo jednostranné zaměření.

Překvapivým zjištěním po zpracování dotazníkového šetření je realita, že školám mnohdy chybí vybava pro základní sportovní aktivity. Objevila se individuální různost materiálního vybavení jednotlivých škol. Některým chybí základní míče, gymnastické nebo atletické náčiní, florbalové hole, branky, tenisové rakety, míčky i kompletní vybavení na stolní tenis a další.

Využitelnost středoškolských sportovišť veřejností se odvíjí nejvíce od technického stavu a materiálního vybavení těchto zařízení. Je zřejmé, že pokud jsou sportoviště v dobrém stavu, jeví o ně lidé zájem a školy tímto využitím zaplní časový prostor, který nabízí k pronájmu. Proto je velmi důležité starat se o stav tělocvičen, hřišť a snažit se získávat finanční zdroje pro jejich rekonstrukce, modernizace a pro nákup náradí a náčiní. Tyto zdroje mohou školy získávat i z právě zmiňovaných pronájmů. Krajský úřad Libereckého kraje může využít tento přehled základních informací o sportovištích při rozhodování o alokaci veřejných zdrojů pro sportoviště. Jedním z návrhů ohledně prostorového zázemí je náročnější požadavek, a to přímo výstavba nových vnitřních sportovních zařízení nebo venkovních areálů a hřišť.

V některých oblastech (např. Nový Bor) schází toto sportovní zázemí v blízkosti středních škol a z časového hlediska není možno dojíždět na výuku tělesné výchovy do vzdálených středisek.

Další návrh se týká efektivnějšího využívání sportovišť a existuje mnoho možností, jak ho mohou školy docílit. Jednou z nich je nabídka a zprostředkování sportovních zařízení jiným organizacím, které se zabývají provozováním volnočasových aktivit. Populární bývá jakákoli forma cvičení pro ženy, muži rádi využívají posilovny. Dospělí mohou navštěvovat školní sportoviště spíše ve večerních hodinách, odpoledne žáci a studenti. S tím souvisí další návrh pro školy, který spočívá v myšlence, že by správu sportovních zařízení mohl zajišťovat jiný zaměstnanec než školník. Ideální by byla situace, kdyby pověřená osoba obstarávala jak správu, tak tvorbu a kontrolu časového rozpisu využívaných sportovišť s doplňkovou činností, jejíž náplní by byla organizace kroužků nebo turnajů v různých sportech pro děti a mládež. Pokud by zaměstnanec za tuto činnost dostával finanční odměnu, bylo by doslova spojeno příjemné s užitečným. Navíc školy, které organizují různé sportovní aktivity, kroužky, turnaje a podobně mají jistě větší šanci na získání finančních zdrojů pro zlepšení stavu jejich zařízení. Využívání sportovišť, která jsou dostupná a vhodně vybavená, účelně podporuje pravidelnou aktivitu obyvatel a přispívá ke zdravému životnímu stylu, což je a v budoucnu stále bude velmi důležité.

Seznam použitých zdrojů

Tištěné publikace:

- [1] *Bílá kniha Evropské komise: nový podnět pro evropskou mládež*. Praha: MŠMT, 2002. ISBN 80-86033-74-0.
- [2] ČÁSLAVOVÁ, Eva. *Management a marketing sportu*. Praha: Olympia, 2009. ISBN 80-7376-050-5.
- [3] ČÁSLAVOVÁ, Eva. *Management sportu*. Praha: West publishing company, 2000. ISBN 80-7219-010-5.
- [4] ČELEDOVÁ, Libuše a Rostislav ČEVELA. *Výchova ke zdraví: vybrané kapitoly*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. ISBN 978-80-247-3213-8.
- [5] DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Školáci v pohybu: tělesná výchova v praxi*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3733-1.
- [6] HENDL, Jan, Lubomír DOBRÝ a kol. *Zdravotní benefity pohybových aktivit: monitorování, intervence, evaluace*. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-2000-8.
- [7] HOLČÍK, Jan. *Systém péče o zdraví a zdravotní gramotnost: K teoretickým základům cesty ke zdraví*. Brno: Masarykova univerzita ve spolupráci s MSD, 2010. ISBN 978-210-5239-0.
- [8] CHOUTKA, Miroslav. *Sport a společnost*. Praha: Olympia, 1978.
- [9] CHOUTKOVÁ, Božena a Miroslav KUČERA. *Mládež a sport*. Praha: Olympia, 1970.
- [10] MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ a kol. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2715-8.
- [11] MARCUS, Bess H. a LeighAnn H. FORSYTH. *Psychologie aktivního způsobu života: motivace lidí k pohybovým aktivitám*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-654-4.
- [12] NOSEK, Martin a Ladislav PYŠNÝ. *Pohyb a výchova*. Ústí: Univerzita J. E. Purkyně, 2002. ISBN 80-7044-450-9.
- [13] PAYNE, Jan a kol. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657-0.
- [14] PROCHÁZKA, Karel. *Sport a svět*. Praha: Olympia, 1985.
- [15] ZEMÁNKOVÁ, Marie. *Pohyb nad zlato*. 1. vyd. Olomouc: HANEX, 1996. ISBN 80-85783-11-8.

Internetové zdroje:

- [16] DOUBRAVOVÁ, Kateřina. Memoriál Ludvíka Daňka v Turnově 22. května 2012. In: *Oficiální internetové stránky města Turnov* [online]. 2012 [cit. 2012-03-11]. Dostupné z: <http://zpravodajstvi.turnov.cz/sport/memorial-ludvika-danka-v-turnove-22-kvetna-2012.html>
- [17] Evropská charta sportu, MŠMT ČR. *MŠMT* [online]. 2006 [cit. 2012-05-08]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/evropska-charta-sportu>
- [18] FC Nový Bor - Informace o klubu. *FC Nový Bor* [online]. 2012 [cit. 2012-03-08]. Dostupné z: http://www.fcnovybor.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=17&Itemid=32
- [19] Fotbalový klub Česká Lípa. *FK Česká Lípa* [online]. 2010 [cit. 2012-04-06]. Dostupné z: <http://www.fkceskalipa.cz/?clanek=8>
- [20] Harrachov - Letní sporty. *Město Harrachov* [online]. 2011 [cit. 2012-03-06]. Dostupné z: <http://www.harrachov.cz/zimni-sporty.asp>
- [21] Harrachov - Zimní sporty. *Město Harrachov* [online]. 2011 [cit. 2012-03-06]. Dostupné z: <http://www.harrachov.cz/zimni-sporty.asp>
- [22] Historie. *TJ Turnov volejbal* [online]. 28.2.2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: http://turnov-volejbal.cz/?page_id=106
- [23] Historie klubu. *Oficiální stránky fotbalového klubu FK Pěnčín-Turnov* [online]. 16.6.2010 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: http://www.fkpencinturnov.cz/index.php?option=com_content
- [24] Historie klubu. *OK Jiskra Nový Bor* [online]. 2005 [cit. 2012-02-08]. Dostupné z: <http://www.ok-bor.cz/?page=infobox&b=H>
- [25] Historie spolku. *ČKS SKI Jilemnice* [online]. 26.12.2010 [cit. 2012-03-22]. Dostupné z: <http://www.skijilemnice.cz/skijilemnice/82-historiespolku>
- [26] Charakteristika okresu ČESKÁ LÍPA. *ČSÚ* [online]. 2012 [cit. 2012-04-08]. Dostupné z: http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/charakteristika_okresu_cl
- [27] Charakteristika okresu SEMILY. *ČSÚ* [online]. 2012 [cit. 2012-04-08]. Dostupné z: http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/charakteristika_okresu_sm
- [28] Kodex sportovní etiky, MŠMT ČR. *MŠMT* [online]. 2006 [cit. 2012-04-01]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/kodex-sportovni-etiky>
- [29] Kraj neví, co s letištěm v Ralsku. Boom fotovoltaniky odezněl. *TÝDEN V LIBERECKÉM KRAJI* [online]. 9. 2. 2012, č. 2 [cit. 2012-03-23]. Dostupné z: <http://www.tydenvlk.cz/zpravy-3/8374-kraj-nevico-s-letistem-v-ralsku-boom-fotovoltaniky-odeznel>
- [30] KŘAPKA, Vladimír. 100 let fotbalu v Semilech. In: *SK Semily* [online]. 25.2.2010 [cit. 2012-04-22]. Dostupné z: <http://www.sksemily.cz/o-klubu/100-let-fotbalu-v-semilech.html>

- [31] KULTURA A SPORT V KAMENICKÉM ŠENOVĚ - Sportovní akce. *KULTURA A SPORT V KAMENICKÉM ŠENOVĚ* [online]. 2012 [cit. 2012-03-22]. Dostupné z: <http://www.kulturaks.cz/clanky/sportovni-akce/>
- [32] Kultura, sport a volný čas. *Město Semily* [online]. 2010-2011 [cit. 2012-02-28]. Dostupné z: <http://www.semily.cz/cz/turista/kultura-a-sport/kultura-sport-a-volny-cas/kam-za-sportem/>
- [33] Kultura, sport, turistika. ŠIMEK, Jiří. *Město Zákupy* [online]. 2003-2012 [cit. 2012-03-28]. Dostupné z: <http://www.zakupy.cz/web/ostatni-odkazy/kultura-sport-turistika/>
- [34] Liberecký kraj - Odbor školství, mládeže, tělovýchovy a sportu. *Liberecký kraj* [online]. 2012 [cit. 2012-02-08]. Dostupné z: <http://skolstvi.kraj-lbc.cz/>
- [35] Liberecký kraj - Program rozvoje Libereckého kraje. *Krajský úřad Libereckého kraje* [online]. 2006 [cit. 2012-03-29]. Dostupné z: <http://regionalni-rozvoj.kraj-lbc.cz/page1884>
- [36] Město CVIKOV - O městě. *Město CVIKOV* [online]. 2011 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.cvikov.cz/?show=o-meste~>
- [37] Město Mimoň - Oficiální stránky města - Sport. *Město Mimoň - Oficiální stránky města* [online]. 2008 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.mestomimon.cz/sport.html>
- [38] Město Turnov - oficiální stránky města - Přehled sportovních zařízení a agentur. MOCHAL, Richard. *Oficiální internetové stránky města Turnov* [online]. 25. 2. 2008 [cit. 2012-02-29]. Dostupné z: <http://www.turnov.cz/sport-v-turnove/seznam-sportovist/prehled-sportovnich-zarizeni-a-agentur.html>
- [39] O klubu. *TJ Lokomotiva Česká Lípa - volejbal* [online]. 2012 [cit. 2012-03-26]. Dostupné z: <http://www.volejbalokocl.cz/index.php?p=o-klubu>
- [40] O nás: žijeme fotbalem. *TJ Jiskra Mimoň* [online]. 2010 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.jiskra-mimon.cz/o-nas/>
- [41] O městě. *Oficiální stránky města Doksy* [online]. 2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.doksy.com/o-meste/>
- [42] Oficiální stránky města Dubá - Sport. *Oficiální stránky města Dubá* [online]. 2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.mestoduba.cz/sport/>
- [43] Okres Česká Lípa. *Města a obce online* [online]. 1996-2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://mesta.obce.cz/vyhledat2.asp?okres=3501>
- [44] Okres Česká Lípa - ČSÚ v Liberci. *Krajská správa ČSÚ v Liberci* [online]. 2012 [cit. 2012-04-09]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/administrativni_rozdeleni_okresu_cl/\\$File/%C4%8Cesk%C3%A11%20L%C3%ADpa.gif](http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/administrativni_rozdeleni_okresu_cl/$File/%C4%8Cesk%C3%A11%20L%C3%ADpa.gif)

- [45] Okres SEMILY - ČSÚ v Liberci. *Krajská správa ČSÚ v Liberci* [online]. 2012 [cit. 2012-04-09]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/administrativni_rozdeleni_okresu_sm/\\$File/Semily.gif](http://www.czso.cz/xl/redakce.nsf/i/administrativni_rozdeleni_okresu_sm/$File/Semily.gif)
- [46] Rokytnice nad Jizerou, Krkonoše - Léto / Zima. *Rokytnice nad Jizerou* [online]. 2012 [cit. 2012-03-29]. Dostupné z: <http://www.rokytnice.com/cs/krkonose/leto-zima>
- [47] Sport a kultura ve městě Stráž pod Ralskem - Vítejte na stránkách PANDA SPORT. *PANDA SPORT* [online]. 2010 [cit. 2012-02-23]. Dostupné z: <http://www.pandasport.cz/index.php>
- [48] Sport Česká Lípa - Informace. *Sport Česká Lípa, příspěvková organizace* [online]. 2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.sportlipa.cz/?page=sinfo>
- [49] Sport, Česká Lípa, turistické informace. *Městský úřad Česká Lípa* [online]. 2007-2011 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://turistika.mucl.cz/sport/>
- [50] Sport - Město Nový Bor. *Oficiální internetové stránky Města Nový Bor* [online]. 2012 [cit. 2012-02-23]. Dostupné z: <http://www.novy-bor.cz/cz/zivot-ve-meste/kultura-a-volny-cas/sport/>
- [51] Sport - Vysoké nad Jizerou. *Vysoké nad Jizerou* [online]. 2003-2012 [cit. 2012-02-22]. Dostupné z: <http://www.vysokenadjizerou.cz/?section=3>
- [52] Sport v Jilemnici. *Sportovní centrum Jilemnice* [online]. 2003-2005 [cit. 2012-02-28]. Dostupné z: <http://www.sport-jilemnice.cz/sport-v-jilemnici/>
- [53] V České republice je 55 % lidí s nadváhou a obezitou. In: *VZP ČR* [online]. 25.1.2011 [cit. 2012-03-10]. Dostupné z: <http://www.vzp.cz/klienti/aktuality/pruzkum-obezity-2011>
- [54] Základní informace - Město Nový Bor. *Oficiální internetové stránky Města Nový Bor* [online]. 2012 [cit. 2012-02-23]. Dostupné z: <http://www.novy-bor.cz/cz/mesto-novy-bor/o-meste/zakladni-informace/>
- [55] Zákon o podpoře sportu, MŠMT ČR. *MŠMT* [online]. 2001 [cit. 2012-04-06]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/zakon-o-podpore-sportu>

Seznam příloh

Příloha 1	Vzorový dotazník.....	I
Příloha 2	Sportovní zařízení	VI
Příloha 3	Rozdělení okresů.....	X

Příloha 1 Vzorový dotazník

Využití sportovišť

1) Jsou součástí vaší školy sportoviště?

Ano / ne

- Pokud ne, odpovězte pouze na otázku číslo 2.
- Pokud ano, pokračujte prosím dále v dotazníku.

2) Využíváte pro výuku tělesné výchovy i jiná sportovní centra?

Ano / ne

- Pokud ano, jaká?

3) Jsou vaše sportoviště přístupná pro veřejnost?

Ano / ne

- Pokud ne, z jakého důvodu? (Dále prosím pokračujte otázkou č. 10)

4) Ke kterým sportovištím mají přístup?

5) Jsou-li sportoviště přístupná, je jejich pronájem za poplatek?

Ano / ne

6) Kolik stojí pronájem jednotlivých sportovišť (Kč/ 1 hod)?

7) Kolik hodin máte obsazená pronajímaná sportoviště?

A) během pracovního týdne:

B) o víkendu:

8) Je možnost využívat vaše sportoviště i o letních prázdninách?

Ano / ne

9) Jsou časy pronájmu plně využity? Prosím zašlete harmonogram obsazení jednotlivých pronajímaných sportovišť z I. i II. pololetí.

10) Má vaše škola správce, který se stará o stav sportovišť?

11) Jak dlouho fungují jednotlivá sportoviště a kdy byla naposledy provedena jakákoliv rekonstrukce a jiné úpravy?

Typy sportovišť

1) Jaké typy vnitřních sportovních zařízení máte k dispozici? Charakterizujte jednotlivá sportoviště.

- malá tělocvična	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>
- velká tělocvična	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>
- posilovna	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>
- místnost na cvičení (aerobik)	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>
- místnost na stolní tenis	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>
- bazén	<i>ano / ne</i>	<i>dostačující/ nedostačující</i>

- jiné (prosím vyplňte)

2) Jaké jsou rozměry vašich tělocvičen? (pokud vaše škola vlastní dvě či více tělocvičen, prosím zaškrtněte či vyplňte všechny možné varianty)

A) cca 18m x 24m

B) cca 12m x 24m

C) jiné -

3) Typy venkovních sportovišť:

- hřiště na fotbal s umělým trávnikem *ano / ne*

- hřiště na fotbal s přírodním trávnikem *ano / ne*

- tartanový běžecký pás (atletika) *ano / ne*

- hřiště na tenis, basketbal, ... *ano / ne*

- jiné -

4) V blízkosti tělocvičen (hřišť) jsou umístěny šatny, rozdělené na pánské a dámské.

Ano / ne

6) Součástí šaten jsou sprchy.

Ano / ne

7) Šatny je možné pro větší bezpečnost zamýkat.

Ano / ne

8) Součástí šaten či v jejich těsné blízkosti jsou umístěny toalety – pánské i dámské.

Ano / ne

Vybavení sportovišť:

Vybavení tělocvičen a sportovišť pro různé druhy sportů by mělo obsahovat veškeré nářadí a náčiní, které jsou vypsány jako nezbytné pro výuku na středních školách v rámci vzdělávacího programu.

1) Vybavení:

- na gymnastiku (švédská bedna, žíněčky, koberec, odrazový můstek, trampolínky, koza, kůň, hrazda, kladina, duchna, bradla, kruhy)

Ano / ne

- na atletiku (překážky, disk, koule, kriketové míčky, vybavení pro skok daleký, skok vysoký, oštěp)

Ano / ne

- na házenou (míče, branky)

Ano / ne

- na volejbal (volejbalové míče, síť, kůly, anténky)

Ano / ne

- na basketbal (basketbalové míče, koše)

Ano / ne

- na fotbal (fotbalové míče, branky)

Ano / ne

- na florbal (florbalové míčky, hokejky, branky malé, chrániče pro brankáře)

Ano / ne

- na tenis (tenisové rakety, tenisové míčky, síť)

Ano / ne

- na stolní tenis (pingpongové pálky, míčky, stoly)

Ano / ne

2) Vybavení na netradiční sporty: (prosím vypište)

3) Které sportovní náčiní a nářadí nejvíce postrádáte?

Příloha 2 Sportovní zařízení

V této příloze se nachází jmenovitý seznam některých mimoškolních sportovních zařízení v okresech Česká Lípa a Semily.

OKRES ČESKÁ LÍPA

Česká Lípa

- Posilovny: Fitness sportareál, Fitness centrum Lípa, Fitness centrum Aréna a Fitness Sever
- Aerobik (většinou i jiná cvičení): Sportovně relaxační centrum HALA, KLUB SPORT RELAX, Aerobic - Sportareál, Aerobic ZŠ SEVER, Aerobic CL - Andrea Loulová
- Spinning: Fitness sportareál, Sportovně relaxační centrum HALA, Fitness centrum Lípa, Česká spořitelna spinning
- Squash: Relax centrum OLYMPIA
- Bazény: Plavecký bazén Sever, Aquapark a plavecký bazén (Zimní stadion)
- Bowling: Bowling OCEAN, Bowling F – 1, Bowling BAR Central
- Tenis: Sportovně relaxační centrum HALA, Tenisové kurty – Penzion Lípa, Tenisové kurty Česká Lípa (Slovanka)
- Atletický stadion: Atletický stadion u Ploučnice
- Zimní stadion: Českolipské sportovní středisko Sportareál

Nový Bor

- Fitness centra: Fitness centrum a solárium OLYMP, Fitko ZEUS, Bohemia Elsvit, Centrum Squash Relax
- Bowling: Bowling City
- Sportovní střelba: Pro – Target, s.r.o.
- Squash: Squash Relax spol. s.r.o.
- Sportovní hala s lezeckou stěnou: TJ Jiskra Nový Bor

Cvikov

- Fitness centra: Fabrika

Doksy

- Sportovní a rekreační středisko: Termit 25

Mimoň

- Fitness centra: Fitness studio „F“
- Tenis: Tenisové kurty na Letné
- Fotbal, házená: TJ Jiskra Mimoň

Stráž pod Ralskem

- Bazén, fitness, sportovní haly, tenisové kurty, vodní vlek: PANDA SPORT

OKRES SEMILY

Semily

- Fitness, městský stadion, sportovní hala: Sportovní centrum Semily
- Tenis: Tenisový klub Semily
- Golf: Golf klub Semily
- Paragliding: SMS – SEMILY (Kozákov)

Harrachov

- Tenis: Camping Jiskra, Dukla, Tenis club, Hotel sklář
- Minigolf: TONDR, B+B
- Golf: Golf klub Harrachov (hřiště na Mýtinách)
- Adrenalin: lanové centrum (Vertical park), rampa na bungee jumping (lyžařský areál), paragliding (lyžařský areál), Bobová dráha Harrachov – Špindlerův Mlýn

Jilemnice

- Fotbalový areál (fotbalový stadion, atletickou dráhu, tenisový kurt, volejbalové hřiště): Sportovní centrum Jilemnice
- Sportovní hala: Sportovní centrum Jilemnice
- Bazén, fitness: Sportovní centrum Jilemnice

Lomnice nad Popelkou

- Sportovní hala: ZŠ TGM Lomnice nad Popelkou
- Zimní stadion: Zimní stadion Lomnice nad Popelkou
- Letní stadion (tenisové kurty, trávníkové i škvárové fotbalové hřiště, víceúčelové hřiště): Letní stadion generála Ludvíka Svobody
- Bowling: Bowling Pittbull
- Fitness: Fitness centrum Ason

Rokytnice nad Jizerou

- Kluziště: Hotel Starý Mlýn
- Snowtubing: skiareál Bosíno, Farma Zlatá podkova
- Adrenalin: snowpark, bikepark (skiareál Horní Domky), paragliding (Paragliding – Rokytnice nad Jizerou), travní lyže a mountainboarding (skiareál Pařez), terénní koloběžky (skiareál U Modré Hvězdy), Adrenalin park – paintball, čtyřkolky, horská crossová kola (Adrenalin park Rokytnice) a mnoho dalších

Turnov

- Sportovní centra: Městský fotbalový stadion, Sportovní centrum TJ Turnov, Sportovní hala TSC Turnov, SportAreál loděnice, Fit Club Eden
- Tenis: Tenisový klub, Tenisová hala Turnov
- Bowling: Bowling & Billiard Club
- Bazén: Městský plavecký bazén Turnov

Vysoké nad Jizerou

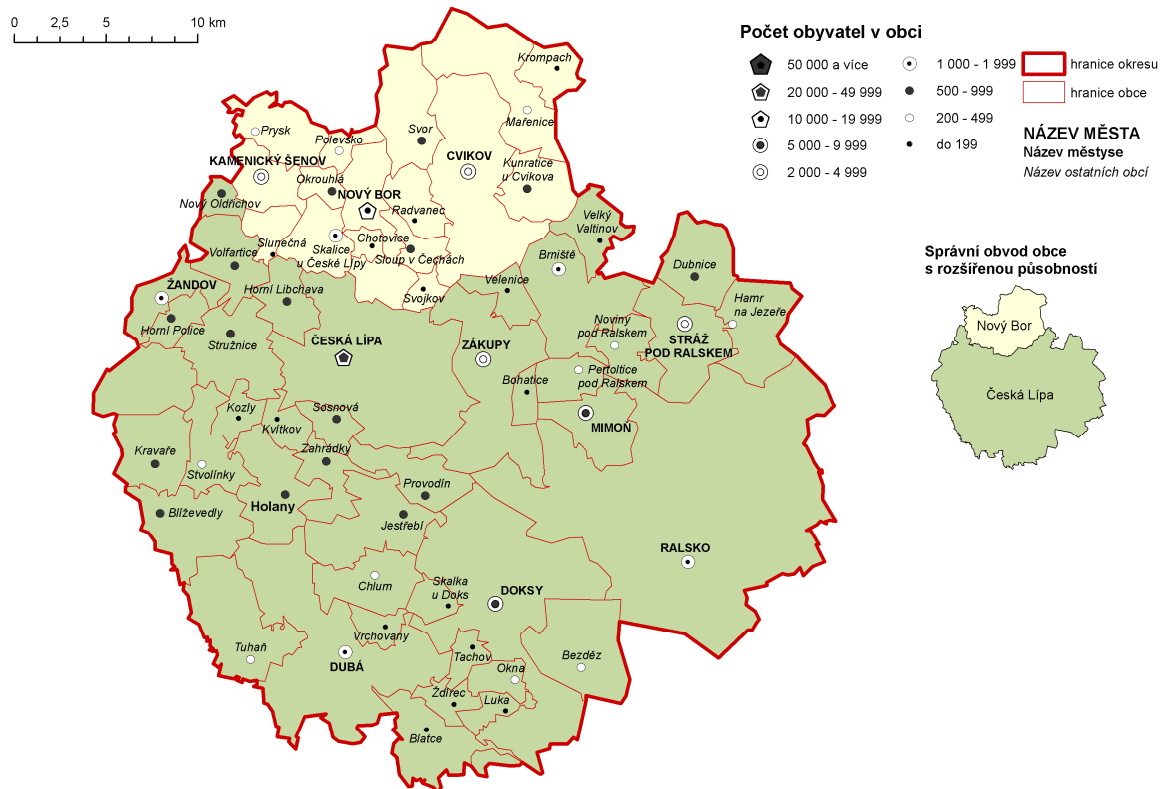
- Tenis: tenisový kurt Vysoké
- Volejbal: volejbalové kurty Vysoké, volejbalový kurt Sklenařice
- Sportovní centra: Tělovýchovná jednota Orel, víceúčelové hřiště TJ Vysoké nad Jizerou
- Bowling: Bowling Bar herna

Příloha 3

Rozdělení okresů

Obrázek 3: Česká Lípa

ADMINISTRATIVNÍ ROZDĚLENÍ OKRESU ČESKÁ LÍPA



Zdroj: (ČSÚ 2012)

ADMINISTRATIVNÍ ROZDĚLENÍ OKRESU SEMILY



XI